Agar Ramadhan Tidak Sekedar Seremonial

Antologi Esai Ramadhan 1435 H

Editor: Dr. Rianawati, M.Ag

AGAR RAMADHAN TIDAK SEKEDAR SEREMONIAL
Antologi Esai Ramadhan 1435 H

Editor:
Dr. Rianawati, M.Ag

Proofreader:
Syamsul Kurniawan, M.S.I

Penulis:
Amalia Irfani, Juniawati, Faizal Amin, Maladi Noor, Ibrahim Ms, Erwin Mahrus, Luqman Abdul Jabbar, Ahmad Jais, Firdaus Achmad, Rahmap, Sukardi, Syarifah Fatimah Al-Haddad, Isyatul Mardiyati, Rasmi Sattar, Fahrul Razi, Evi Hafizah, Rusnila Hamid, Mansur, Fauziah, Arief Sukino, Muh. Gitosaroso, Ita Nurcholifah, Rianawati, Nelly Mujahidah, Hermansyah, Eka Hendry Abdurrahman, Fathaniah, Agus Handini, Lailial Muftifah, Yusriadi, Helva Zuraya, Wajidi Sayadi, Ana Rosilawati, Jatriana, Ismail Ruslan, Hamka Siregar, Lia Haliyah, Rina Mandara Harahap,Nur Hamzah, Media Aprilyanti, Syamsul Kurniawan, Prihantono, Nurma Sari, Ichsan Iqbal Attamimi, Muhammad Rahmatullah, Khairawati, Yapandi, Mulyadi.

Layout & Desain Cover
Fahmi Ichwan

Publishing
STAIN Pontianak Press

STAIN Pontianak Press
Jl. Letjend Soeprapto No. 19 pontianak 78121
Tel./Fax. (0561) 734170

Cetakan Pertama, Agustus 2014

AGAR RAMADHAN TIDAK SEKEDAR SEREMONIAL
Antologi Esai Ramadhan 1435 H
Pontianak: STAIN Pontianak Press, 2014
220 Page. 14.8cm x 21 cm

Kata Pengantar Editor

TIAP tahun, Ramadhan hadir dalam kehidupan umat Islam. Segenap umat Islam patut bersyukur karena dipertemukan kembali dengan bulan yang penuh ampunan dan barakah. Sebab tidak sedikit saudara-saudara kita yang dipanggil oleh Allah SWT lebih dulu sehingga tidak bisa berjumpa dengan bulan penuh rahmat ini. Perjumpaan itu wajib kita maksimalkan sebab jika tidak Ramadan akan datang dan pergi tanpa makna dan manfaat apa pun, dan seringnya selalu demikian, Ramadhan sekedar seremonial saja.

Tentu saja Ramadhan tidak boleh kita jadikan sekedar seremonial semata. Hal ini karena di bulan ini terkandung hikmah dan pelajaran yang mendalam bagi kita umat Islam. Nabi Muhammad SAW menegaskan bahwa "andai ummatku tahu tentang bulan Ramadan, niscaya mereka berharap sepanjang tahun menjadi bulan Ramadan" (law ta"lam ummati ma fi ramadan latamannau an takun al-sanat kulluha ramadan).

Inilah yang melatarbelakangi disusunnya buku ini, agar Ramadhan yang seringkali lewat di tiap tahunnya memberikan bekas yang mendalam dalam kehidupan kita umat Islam. Sebagai refleksi Ramadhan 1435 H, esai-esai yang dit-

ulis oleh dosen IAIN Pontianak ini, tidak lain adalah bentuk ikhtiar dalam menyelami hikmah dan pelajaran dari Ramadhan. Esei-esei dalam buku ini merupakan kumpulan esei yang sebelumnya telah terpublikasikan di Koran-koran lokal di Kalimantan Barat, seperti Pontianak Post, Rakyat Kalbar, dan Borneo Tribune.

Terakhir, besar harapan kami buku ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua, khususnya bagi kita yang beragama Islam.***

Dr. Rianawati, M.Ag

Daftar Isi

Bagian Tiga
FUNGSI-FUNGSI RAMADHAN

Bagian Empat
PUASA, HUMANISASI, DAN KEPEDULIAN SOSIAL

Bagian Lima

Agar Ibadah Ramadhan Tidak Sebatas Seremonial

Bagian Satu

Memanfaatkan Momentum Ramadhan

1

Ramadhan Moment Perbaikan Diri

Oleh : AMALIA IRFANI

SUBHANALLAH wa syukurillah, kita haturkan sebab Allah Yang Kuasa masih memberi kita umur dan kesehatan untuk merasakan kembali ibadah Puasa Ramadhan nan berkah. Bulan Ramadhan adalah bulan Ibadah, bulan kebaikan, bulan simpati, bulan pembebasan dari neraka, dan bulan kemenangan. Di bulan Ramadhan Allah melimpahkan banyak karunia kepada hamba-hamba-Nya dengan dilipatgandakan pahala dan diberi jaminan ampunan dosa bagi siapa yang bisa memanfaatkannya dengan semestinya. Hal terpenting yang harus kita jaga dan kita tingkatkan adalah keimanan. Keimanan dengan segala cabangnya adalah bagian tak terpisahkan dalam hidup umat Islam, semuanya saling berkaitan dan harus selalu sinergis. Sebaliknya, kekafiran dengan segala cabangnya adalah perusak dan pengganggu ketentraman hidup yang harus diminimalisir, dan Ramadhan

menjadi momentum tepat untuk setiap muslim memulai untuk memperbaiki diri agar lebih dekat kepada Allah Swt.

Kesejukan suasana Ramadhan, umat manusia dilatih untuk mengendalikan berbagai keinginan nafsunya. Ia ditundukkan, digembleng dan dibina dalam rangka taat dan mendahulukan kecintaan Rabbnya di atas segala-galanya. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, *"Akan merasakan manisnya iman, orang yang ridha Allah sebagai Rabb, Islam sebagai agama, dan Muhammad sebagai Nabi."* (HR. Muslim). Hal ini jelas menandakan bahwa sebagai umat Islam kita dituntut untuk mampu memperbaiki diri, perlahan demi kesempurnaan; hal ini bisa dilakukan melalui puasa Ramadhan. Modal utama agar puasa yang dilakukan dapat secara maksimal dilakukan adalah keimanan, keimanan menjadi syiar hidup. Setiap Muslim hidup dan mati di atasnya, bergerak dan diam karenanya, ruku' dan sujud dengannya, harap dan takut karenanya, cinta dan benci pun karenanya. Iman itulah yang menggerakkan persendian hidup berpuasa karena Allah.

Sehingga momentum Ramadhan dengan ibadah puasanya, adalah kesempatan emas bagi orang yang merasa memiliki dosa di hadapan Tuhannya. Karena apabila dosa-dosa itu tidak diampuni, tentulah ia akan membuahkan penyesalan, kesedihan, dan rasa takut kelak di hari pembalasan. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, *"Barangsiapa yang berpuasa Ramadhan karena iman dan mengharap pahala, akan diampuni dosa-dosanya yang telah berlalu."* (HR. Bukhari dan Muslim)

Ramadhan merupakan waktu yang tepat dan dinantikan kehadirannya. Setiap muslim berpuasa Ramadhan, maka ia akan memperoleh kebahagiaan demi kebahagiaan berupa nikmat hidup yang tidak pernah ia dapatkan pada bulan-bulan lain. Kebahagiaan pertama adalah ketika seseorang berbuka puasa. Ketika berbuka, jiwa begitu ingin mendapat hiburan dari hal-hal yang dia

rasakan tidak menyenangkan ketika berpuasa, yaitu jiwa sangat senang menjumpai makanan, minuman atau yang dilarang ketika sedang berpuasa. Jika seseorang dilarang dari berbagai macam syahwat ketika berpuasa, dia akan merasa senang jika hal tersebut diperbolehkan kembali. Kebahagiaan kedua adalah ketika seorang hamba berjumpa dengan *Rabb*nya yaitu dia akan jumpai pahala amalan puasa yang dia lakukan tersimpan di sisi Allah. Itulah ganjaran besar yang sangat dia butuhkan. Allah Ta'ala berfirman (yang artinya), "Dan kebaikan apa saja yang kamu perbuat untuk dirimu niscaya kamu memperoleh (balasan) nya di sisi Allah sebagai balasan yang paling baik dan yang paling besar pahalanya." (QS. Al Muzammil: 20). *Wallahua'lam*.***

2

Menghadirkan Prestasi Tertinggi di Ramadhan

Oleh: JUNIAWATI

BULAN puasa adalah ladang bagi umat Islam menanam amal seluas-luasnya. Selain merupakan titah wajib dari sang Khaliq, dibulan puasa ini pahala (*reward*) dijanjikan oleh Allah SWT lebih besar.

Hal ini tentunya berawal dari semangat (*ghirah*) penuh suka cita ketika bulan ini hadir. Sebagaimana yang terlihat dari berbagai kegiatan yang digelar umat Islam di bulan ini. Mulai dari pawai takruf, tablik akbar, lalu bakti sosial ke panti-panti asuhan untuk memberikan santunan, safari ramadhan, hingga berbuka puasa bersama anak yatim hingga berbuka puasa bersama di masjid ikut pula menyemarakkan ramadhan.

Apa sebenarnya yang menggerakkan umat Islam menjalani puasa ramadhan hingga menjadi sedemikian semarak dilaksanakan ? Dalam kesempatan ini penulis

hendak mengetengahkan realita di masyarakat, bahwa betapa besarnya animo umat Islam menghadirkan dirinya di bulan ramadhan.

Adanya perbedaan yang kentara, ketika ramadhan datang. Umat Islam seakan berlomba-lomba untuk meramaikan ramadhan. Munculnya fenomena ini dikarenakan besarnya keinginan untuk berbuat lebih baik dari sebelas bulan sebelumnya. Tidak hanya itu, semangat menjalani ramadhan juga sebagai upaya meraih prestasi tertinggi yang diharapkan oleh seluruh umat Islam di dunia sebagaimana yang disebutkan Allah SWT yakni sebagai insan yang bertaqwa (QS. Al-Baqarah: 183).

Lantas, sejauhmana hal tersebut bisa terwujud dalam tiap investasi ibadah yang dilakukan umat Islam di bulan puasa ini? Bagaimana pula investasi amal ibadah di bulan ramadhan ini bisa bervolume luar biasa hingga semakin meningkat dan mencapai ketaqwaan?

Jawabnya tiada lain adalah dengan menghadirkan prestasi tertinggi di bulan ini. Kemudian, sungguh-sungguh mengedepankan ramadhan sebagai magnet dalam menempa diri menjadi pribadi taqwa, sehingga bulan seribu bulan yang disebutkan dalam Al-qur'an QS. Al-Qadr 1-4) benar-benar dijalani dengan penuh prestasi. Prestasi yang diukir lewat gemar ke masjid, gemar melakukan i'tikaf, menghadiri pengajian dan menciptakan ruang-ruang belajar sebelum berbuka dan selepas sahur maupun aktivitas positif lainnya. Alhasil, hal-hal yang dilakukan itu bermanfaat bagi pembinaan mental di sepanjang ramadhan.

Yang tak kalah penting lainnya, dalah mengisi peluang di ramadhan ini dengan sebesar-besarnya proaktif dengan memperbanyak aktivitas pertemuan dan silaturahmi. Sehingga pertemuan maupun silaturahmi menjadikan tersambungnya silaturahmi yang putus diantara keluarga, antar si kaya dengan yang miskin maupun antara pemimpin dan masyarakat, dsbnya. Dengan demikian ramadhan menjadi ajang menjalin hubungan yang lebih harmonis

dengan sesama.

Ramadhan yang datangnya sekali dalam setahun ini, juga menjadi ruang khusus bagi umat Islam untuk memperbanyak komunikasi sosial yang selama ini membeku. Lantaran perilaku individualis lebih mendominasi kehidupan kita sehingga tak ada waktu kita untuk memikirkan orang lain. Demikian pula kondisi kita yang selama ini enggan bertegur sapa dan tak jarang kita juga dikuasai oleh sikap sombong, angkuh dan lainnya. Bersama ramadhan menjauhkan diri dari virus "enggan". Enggan untuk tersenyum dan bersikap lemah lembut, termasuk enggan menyatakan bahwa kita bersedia membantu saudara kita yang membutuhkan. Ramadhan menjadi anti virus dalam menguatkan niat untuk membuka jalan komunikasi dalam setiap kesempatan dan berbagi dengan yang membutuhkan.

Akhirnya, ramadhan yang diharapkan menjadi bulan yang terbaik sepanjang hidup dapat diperoleh dan seyogyanya puasa ramadhan dapat menjadi motor penggerak dalam menciptakan seluruh aktivitas yang terbaik selepas ramadhan benar-benar dapat terlaksana. Amin.***

3

Ramadhan Fasilitas Khusus Menjadi Mukmin *Muttaqin*

Oleh: **FAIZAL AMIN**

PUASA adalah sebuah keniscayaan bagi mahluk yang ingin berubah menjadi lebih baik. Puasa adalah ritual atau ibadah yang telah dilakukan oleh umat manusia dalam berbagai bentuk dan tujuan; mulai dari yang bersifat spiritual seperti bertapa bagi orang yang ingin mendapatkan kesaktian, diet bagi yang ingin megendalikan berat badan sampai tujuan politik praktis seperti “mogok makan” yang dilakukan para demonstran. Tidak hanya umat manusia, puasa juga dilakukan makhluk ciptaan Allah SWT lainnya.

Puasa biasa dilakukan sebagai salah satu bentuk ritual khusus untuk mewujudkan tujuan khusus dan/ atau untuk mendapatkan derajat/ predikat khusus. Seekor induk ayam menjalani “puasa” selama masa mengerami telurnya dengan bertujuan untuk menetaskannya. Demikian halnya dengan

binatang-binatang lainnya yang berkembang biak dengan cara bertelur, seperti burung, ular, guaya, dan sebagainya. Mereka harus menjalani "puasa" selama masa mengerami untuk dapat menetaskan anak-anaknya. Lain halnya, dengan binatang Kupu-kupu, Kumbang, Laron, dan sejenisnya. Mereka menjalankan "puasa" untuk dapat bermetamorfosis dari binatang ulat atau sejenisnya yang sering dianggap menjijikkan untuk berubah menjadi binatang yang bersayap dan tampak cantik menawan.

Demikian halnya dengan ritual ibadah puasa yang dilakukan oleh umat Islam, khususnya pada bulan Ramadhan. Tujuan ritual ini jelas sebagaimana disebautkan dalam al-Qur'an Surat al-Baqarah ayat 183, yaitu untuk memperoleh derajat kemulyaan di sisi Alllah Swt dengan mendapatkan predikat orang-orang yang bertaqwa; *la'allakum tattaqūn* (baca: agar supaya kalian bertakwa). Menjadi orang bertakwa berarti menjadi orang yang dapat menjankan perintah Allah SWT dan menjauhi semua larangan-larangan-Nya (*imtitsālu awāmirillāh wa-ijtinābu nawāhīhi*).

Persoalannya adalah predikat "Orang Bertaqwa" di sisi Allah SWT memiliki tingkatan yang berbeda-beda. *Inna akramakum 'inda Allāh atqākum* (baca: sungguh orang yang paling mulia dari kalian di sisi Allah adalah orang yang paling bertaqwa). Dengan kata lain, menjadi orang bertaqwa bukanlah satu-satunya tujuan akhir sebab jika ada orang yang bertakwa, maka ada yang lebih bertaqwa. Jika ada yang lebih bertaqwa, maka ada yang paling bertaqwa.

Meskipun sangat sulit untuk menjadi orang bertaqwa, apalagi memperoleh predikat orang yang paling bertaqwa dalam arti menjadi orang yang paling dapat menjalankan perintah Allah SWT dan yang paling dapat menjauhi seluruh larang-larangan-Nya. Namun adanya bulan suci Ramadhan menunjukkan bahwa untuk memperoleh menjadi orang yang

bertawa ataupun paling bertaqwa tidaklah mustahil bagi kita saat ini. Predikat orang bertaqwa yang dijanjikan oleh Allah SWT dalam al-Qur'an bukanlah sesuatu yang utopis meski kita hidup akhir zaman. Hal itu dikarenakan adanya janji Allah SWT bahwa ibadah puasa pada bulan suci Ramadahan akan merubah orang-orang beriman bermetamorfosis menjadi orang-orang yang bertaqwa.

Kewajiban berpuasa bagi orang yang beriman selama satu bulan penuh adalah fasilitas khusus dari Allah SWT agar kita menjadi orang yang bertaqwa. Indikator adanya 'fasilitas khusus' untuk menjadi orang yang bertaqwa adalah keistimewaan-keistimewaan nilai ibadah yang hanya ada pada dan selama bulan suci Ramadhan. Ramadhan adalah Syahrul Qur'an (Bulan Al-Qur'an), karena awal diturunkannya Al-Qur'an adalah pada bulan Ramadhan. Banyak riwayat yang menjelaskan keistimewaan bulan Ramadahan, diantaranya : *"Jika tiba bulan Ramadhan, maka dibuka pintu-pintu syurga dan ditutup pintu-pintu neraka dan dibelenggu semua syaitan." (HR. Bukhari dan Muslim).* Riwayat lain menjelaskan *"Barangsiapa yang berpuasa pada bulan Ramadhan karena iman dan mengharap ridha Allah, akan diampuni dosa-dosanya yang telah lalu"* (HR Bukhari).

Akhirnya, kita patut bersyukur karena pada tahun ini kembali dipertemukan dengan bulan suci Ramadahan 1435 H. Itu artinya kita mendapatkan kembali mendapatkan fasilitas khusus untuk menjadi orang yang bertakwa dari Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Ramadhan yang penuh berkah harus kita jadikan sebagai momentum untuk menyelamatkan diri, keluarga dan masyarakat dengan melakukan *taqarrub ilallah* (mendekatkan diri kepada Allah), baik dengan taubat, munajat dan ber-*khidmat* yakni memberikan pengabdian yang terbaik agar kehidupan kita betul-betul dapat dirasakan manfaatnya bagi orang lain dan

perbaikan masyarakat dapat kita wujudkan dari waktu ke waktu, baik perbaikan diri, keluarga, masyarakat maupun bangsa dan Negara. Marilah kita jadikan bulan Ramadhan tahun ini sebagai bulan pendidikan dan pelatihan karena belum tentu fasilitas yang sama akan kita peroleh pada tahun depan. Marilah kita didik dan kita latih diri kita --jiwa-raga kita-- pada bulan suci Ramadahan 1435 H ini agar kita benar-benar menjadi orang yang bertaqwa dan lebih bertaqwa lagi.***

4

Nilai Ibadah Ramadhan di Mata Umat

Oleh: **MALADI NOOR**

ADA perbedaan yang menyolok antara Nabi Muhammad SAW, para sahabat dan kita para umatnya yang hidup dijaman sekarang, yakni dalam menyikapi amal shaleh. Rosulullah SAW dan para sahabat melihat amal shaleh adalah sebuah peluang dan kesempatan yang besar yang tak ternilai harganya sehingga saat-saat kehilangan peluang tersebut, mereka merasa sangat sedih karena mereka masih merasa belum optimal dalam mengisi peluang amal shaleh tsb. Sehingga tidaklah heran, manusia pilihan sekaliber Nabi Muhammad SAW yang sudah dijamin masuk surga dan diampuni segala dosanya masih rajin menunaikkan sholat malam, demikian juga para sahabatnya. Lalu bagaimana dengan kita yang belum ada apa-apanya?

Dalam menyongsong berakhirnya bulan Ramadhan

Rosulullah dan para sahabatnya menumpahkan kesedihan yang amat dalam, karena akan berlalunya sebuah kesempatan yang sangat besar untuk mendapatkan pahala yang berlimpah dari Allah SWT. Sehingga banyak diantara mereka menangis, takut, khawatir, kalau-kalau ditahun berikutnya tidak bisa lagi bertemu dengan bulan Ramadhan. Lalu bagaimana dengan kita umatnya yang sekarang ini ?

Aneh tapi nyata, itulah yang terjadi ditengah umat Nabi Muhammad SAW sekarang ini. Kalau dulu Nabi dan para sahabatnya begitu sedih mengakhiri Ramadhan, kita umatnya yang sekarang malah merasakan kegembiraan yang amat sangat dalam meninggalkan bulan Ramadhan. Kita seakan merasa bebas dari kekangan yang telah membatasi diri kita dari makan, minum, bicara dan bergaul bebas. Kita seakan-akan sudah merasa cukup banyak beramal di bulan Ramadhan. Akibatnya banyak diantara kita, pasca Ramadhan kembali tenggelam dalam lautan dosa dan kemaksiatan, kembali lagi pada keadaan sebelum ramadhan. Sehingga hasil pendidikan *'madrasah'* Ramadhan selama satu bulan penuh tidak membekas sama sekali. Inilah orang-orang yang rugi.

Kalau dulu dalam mengakhiri Ramadhan, Rosul rajin i'tikaf sebagaimana dalam hadits nya : KAANA RASULULLAH SAW YA'TAKIFUL 'ASYRAL AWAAKHIRI MIN RAMADHANA HATTAA TAWAFFAAHULLAAHU 'AZZA WAJALLA *(bahwa Rasulullah SAW biasa melakukan i'tikaf sesudah tanggal dua puluh Ramadhan sehinga beliau meninggal dunia)*, kemudian diikuti oleh para sahabat. Kalau kita umatnya yang sekarang, pada akhir-akhir Ramadhan juga ikut sibuk, tapi sibuk ngurusi persiapan lebaran, pagi-pagi buta sudah sibuk dipasar ngurusin belanja. Memang tidak dilarang, berbelanja, ngurusin pakaian lebaran, kue-kue lebaran dsb, tapi yang lebih penting dari semua itu yakni dalam mengakhiri

Ramadhan kita semakin memanfaatkan kesempatan yang baik untuk beramal dan merenungi diri dihadapan Allah SWT.

Dalam mengakhiri ramadhan, alangkah baiknya kalau kita tidak bosan-bosannya mengoreksi dan melakukan intropeksi kembali diri kita. Sudah seberapa jauhkah tenaga, pikiran, dan perasaan kita untuk menghidupkan ramadhan. Bagaimana target amalan-amalan kita yang sudah kita canangkan dan sejauhmana tingkat keberhasilan ibadah kita, bagaimana sikap istiqomah kita dalam menjaga amalan-amalan Ramadhan ? semuanya kita jawab dengan jujur oleh hati kita masing-masing.

Semangat ramadhan haruslah kita pelihara walaupun nanti ramadhan telah berakhir. Ini yang harus kita jaga dan kita wariskan kepada anak-anak kita. Begitu banyak pendidikan yang ada dalam *'madrasah'* ramadhan bagi kita umat Islam. Oleh karena itu marilah kita pelihara nilai-nilai istiqomah dalam iman, ibadah dan amal shaleh. Inilah semangat ramadhan dalam mengakhiri ramadhan. Mudah-mudahan kita dan keluarga kita senantiasa diberi kesabaran untuk menjaga semangat dan nilai-nilai yang terkandung dalam bulan suci ramadhan. Semoga amal ibadah kita selama ini diterima disisi Allah SWT dan dicatat sebagai amal shaleh yang akan kita nikmati nanti diakherat. Mudah-mudahan kita bisa bertemu pada bulan ramadhan berikutnya.

Rasa syukur yang tak terhingga kita panjatkan kepada Sang Pencipta alam semesta dan seisinya, karena berkat kemurahan-Nyalah kita bisa melaksanakan puasa pada bulan Ramadhan tahun ini.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, marilah kita sama-sama merenungi kembali bagaimana ibadah puasa kita yang sudah dijalankan ini. Apakah puasa kita tahun ini lebih baik atau sebaliknya dari tahun-tahun yang telah kita

lalui. Salam dan shalawat kita khaturkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW karena beliaulah yang telah membawa kita umatnya dari alam jahiliyah ke alam islamiyah, mengubah kaum yang biadab menjadi kaum yang beradab, mereformasi kaum yang ingkar menjadi kaum yang bertauhid. Begitu besar pengorbanan beliau sehingga sampai akhir hayatnya kita umatnya masih diingat dalam kalbu sucinya. Semoga Allah SWT selalu memelihara dan melimpahkan rahmadNya kepada Junjungan kita Nabi Muhammad SAW para keluarga, sahabat dan pengikutnya hingga akhir zaman. *Amiin*.***

5

Memetik Hikmah di Bulan Ramadhan

Oleh: **IBRAHIM MS**

“JIKALAU umatku tahu (akan kemuliaan & keberkahan Allah) di bulan Ramadhan, niscaya mereka akan berharap seluruh bulan (dalam setahun) adalah (seperti) bulan Ramadhan” (Hadits).

Hadits di atas memberikan sebuah penegasan kepada kita betapa besarnya kemuliaan dan keberkahan bulan Ramadhan, sehingga setiap orang yang mengerti (kelebihannya) akan senantiasa mengharapkan kehadiran bulan yang penuh keberkahan dan kemuliaan itu. Karenanya, kita sering mendengar ungkapan bahwa Ramadhan adalah *syahrul mubaraqah* (bulan penuh keberkahan), *syahrul ibadah* (bulan penuh ibadah), *syahrul shiam* (bulan berpuasa), dan sebagainya.

Lantas, apa saja yang menjadikan bulan Ramadhan

sebagai bulan yang istimewa, sehingga kehadirannya dirindukan oleh orang yang beriman? Berikut beberapa catatan pentingnya:

Pertama, bulan Ramadhan adalah bulannya pendidikan dan latihan iman. Kehadiran ramadhan setiap sekali setahun sesungguhnya merupakan momentum setiap umat untuk mendidik dan melatih kembali fitrah keimanan diri. Keimanan yang baik dan kuat itulah sesungguhnya yang mendasari setiap amal dan kebajikan yang dilakukan oleh manusia. Karena itu, iman harus selalu dirawat, dijaga dan diberikan makanan yang benar. Karena itulah dalam perintah berpuasa (Q.S. 2: 183), Allah Swt memanggil kita dengan ungkapan "Wahai orang yang beriman". Panggilan ini menurut M. Quraiys Shihab dalam tafsir Al-Misbah adalah bermakna: 1) untuk memuliakan hamba-Nya yang beriman; 2) Iman atau keimananlah substansi ketaatan seorang hamba, terutama untuk berpuasa; 3) dengan keimanan inilah seorang hamba mampu melaksanakan ibadah puasa yang benar, sebab ia berpuasa seakan-akan diperintah oleh Imannya yang kuat kepada-Nya.

Kedua, Ibadah puasa sebagai amalan paling utama di bulan Ramadhan. Dengan berpuasa yang benar, tulus dan ikhlas semata-mata karena iman kepada Allah Swt, maka seseorang akan sampai pada derajat tertinggi menjadi orang yang bertakwa (sebagaimana tujuan akhir berpuasa). Iman yang mendasari panggilan diri untuk berpuasa, akan menjadi landasan penting bagi pribadi orang yang bertakwa. Keimanan yang berbuah ketakwaan akan melahirkan individu yang senantiasa menghambakan diri kepada-Nya, melaksanakan seluruh amal kebajikan dan menjauhi segala perbuatan dosa dan kemaksiatan karena Allah semata. Diri dan kehidupan ini bagi orang yang beriman dan bertakwa adalah milik Allah, dan karenanya hanya dengan kehendak

Allah jualah kehidupan ini harus dijalankan. Disinilah prinsip hidup Ihsan/keihsanan menjadi identitas orang yang bertakwa, orang yang senantiasa berbuat kebajikan dalam suasana apapun, karena dia percaya Allah selalu mengawasinya, bahkan seakan-akan dia melihat Allah.

Ketiga, sebagai ibadah utama di bulan Ramadhan, puasa mengajarkan banyak nilai kehidupan bagi manusia, antara lain keikhlasan, kejujuran, kedisiplinan dan tenggang rasa. Puasa mengajarkan pentingnya keikhlasan dalam berbuat kebajikan dan beramal shaleh. Prinsip ini mengajarkan betapa motivasi, niat, dan tujuan yang benar menjadi landasan bagi setiap perbuatan yang kita lakukan. Karena itulah, diterima atau tidaknya ibadah puasa seseorang tergantung pada keikhlasannya. Puasa juga mendidik kita untuk senantiasa hidup dengan kejujuran. Bukan saja jujur kepada orang lain, tetapi juga jujur terhadap diri sendiri. Tampa kejujuran terhadap diri sendiri (makna dari *iman*), tidak mungkin seseorang akan sanggup berpuasa dengan baik dan benar. Karena hakikatnya, setiap orang bisa saja hanya berpura-pura tidak makan dan tidak minum (berpuasa) di hadapan orang lain.

Begitupun dengan kedisiplinan, puasa yang harus dijalankan dalam waktu-waktu tertentu, dengan syarat-syarat tertentu juga menjadi pengajaran penting hidup berdisiplin, hidup dengan aturan dan ketentuan yang berlaku. Bukan hidup semena-mena dan semaunya mengikuti hawa nafsu. Tenggang rasa juga menjadi pengajaran penting dalam berpuasa, dimana problem kemiskinan yang membuat sebagian orang tidak bisa makan dan minum secara layak juga dapat dirasakan oleh orang yang berpuasa, yang dengan demikian akan memunculkan sikap tenggang rasa, kepedulian sosial, saling membantu terhadap sesama dan sebagainya.

Keempat, di bulan Ramadhan Allah Swt melipat-gandakan semua amaliah hamba-Nya yang beriman dan beramal shaleh. bukan saja puasa di siang hari, shalat taraweh dan witir di malam hari, tadarusan al-qur`an, shalat malam (*qiyamul lail*), menunaikan zakat dan memperbanyak shadaqah, dan sebagainya yang Allah lipat-gandakan pahalanya, tidurpun orang yang berpuasa di bulan Ramadhan juga dihitung pahala di sisi Allah Swt. Singkatnya, Allah Swt memberikan peluang ibadah dan pahala yang besar bagi hamba-Nya sejak bangun tidur hingga tidur lagi di bulan Ramadhan. Tidak ada yang tidak bernilai ibadah di bulan Ramadhan jika dilakukan dengan keimanan dan ketakwaan kepada-Nya (*lillahi ta`ala*). Inilah sesungguhnya salah satu makna simbolis dari sebuah hadits yang mengatakan bahwa di bulan Ramadhan Allah Swt membuka lebar pintu-pintu surga-Nya, dan mengunci rapat pintu-pintu neraka, serta membelenggu para iblis dan syaithan (*ihtisar al-hadits*).

Subhanallah, sungguh besar kemurahan yang Allah siapkan kepada kita di bulan Ramadhan yang agung. Begitu banyak peluang ibadah yang dapat kita lakukan. Begitu banyak hikmah (pengajaran yang baik) yang penting dipahami oleh setiap kita dalam menjalani hidup. Karenanya wajar jika kehadirannya menjadi momentum yang selalu ditunggu dan dirindukan kepergiannya oleh orang yang beriman. Pertanyaannya, adakah kita termasuk orang yang merindukan kehadiran Ramadhan dan dapat memanfaatkannya dengan semaksimal mungkin untuk meraih predikat ketakwaan (*laallakum tattakun*) di sisi-Nya? Semoga, kita semua mampu memetik hikmah yang berlimpah di bulan yang penuh keberkahan ini, *amin*.***

6

Mengabadikan Pesan-Pesan Ramadhan

Oleh: ERWIN MAHRUS

TERASA baru kemarin kita mengucapkan *“marhaban ya ramadan”,* (Selamat datang bulan Ramadan), dan kini kita sudah berada di sepuluh malam terakhir bulan suci ini. Dan itu artinya tidak terlalu lama lagi dengan berat hati kita harus mengucapkan *“wada’an ya ramadan”* (Selamat berpisah bulan Ramadan). Bulan yang penuh berkah, menabur rasa damai, dan menyajikan aura spiritual yang dalam.

Setelah berakhirnya ramadan, bukan berarti pupus sudah pesan-pesan ramadan, namun sebaliknya tugas berat menanti untuk membuktikan keberhasilan ibadah Ramadan yang telah dijalani. Karenanya, bulan sesudah ramadan disebut bulan *syawwal* yang artinya peningkatan. Di sinilah letak pentingnya mengabadikan pesan-pesan ibadah

ramadan.

Sekurang-kurangnya, ada empat pesan ibadah ramadan yang harus diabadikan, paling tidak hingga ramadan tahun yang akan datang.

Pertama, kepekaan dalam menghindari perbuatan yang menyimpang dari aturan. Amaliah Ramadan yang dikerjakan dengan tulus membuat kita mendapatkan jaminan ampunan (maghfirah). Karena itu semestinya setelah melewati ibadah Ramadan pelaku tidak gampang lagi melakukan perbuatan yang bisa bernilai dosa. Secara harfiah, Ramadan artinya membakar, yakni membakar dosa.

Kedua, kehati-hatian dalam bersikap dan bertindak. Selama ramadan, kita cenderung berhati-hati dalam melakukan sesuatu, hal itu karena kita tidak ingin ibadah Ramadan kita menjadi sia-sia dengan sebab kekeliruan yang kita lakukan. Secara harfiah, ramadan juga berarti mengasah, yakni mengasah ketajaman hati agar dengan mudah bisa memilah atau membedakan antara yang benar dengan yang salah. Ketajaman hati itulah yang akan membuat seseorang menjadi sangat berhati-hati dalam bersikap dan bertingkah laku.

Ketiga, kejujuran. Ketika berpuasa ramadan, kejujuran mewarnai kehidupan sehingga kita tidak berani makan dan minum meskipun tidak ada orang yang mengetahuinya. Karena itu, setelah berpuasa sebulan Ramadan semestinya kita mampu menjadi orang-orang yang selalu berlaku jujur, baik jujur dalam perkataan, jujur dalam berinteraksi dengan orang, jujur dalam berjanji dan segala bentuk kejujuran lainnya.

Keempat semangat berjamaah. Kebersamaan dalam menunaikan salat yang lima waktu secara berjamaah begitu terasa di bulan suci ini. .Ramadan adalah satu-satunya bulan dimana salat berjamaah paling banyak kita lakukan, bahkan

melaksanakannya juga di masjid atau mushalla.

Di samping itu, ibadah Ramadan yang membuat kita dapat merasakan lapar dan haus, telah memberikan pelajaran kepada kita untuk memiliki solidaritas sosial kepada mereka yang menderita dan mengalami berbagai macam kesulitan, itupun sudah kita tunjukkan dengan zakat yang kita tunaikan. Karena itu, semangat berjamaah kita sesudah Ramadan ini semestinya menjadi sangat baik, apalagi kita menyadari bahwa kita tidak mungkin bisa hidup sendirian, sehebat apapun kekuatan dan potensi diri yang kita miliki, kita tetap sangat memerlukan pihak lain.

Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berperang di jalan-Nya dalam satu barisan yang teratur, seakan-akan mereka seperti bangunan yang tersusun kokoh (QS Ash Shaf [61]:4)

Dengan demikian, harus kita sadari bahwa Ramadan adalah bulan pendidikan dan latihan. Keberhasilan ibadah Ramadan tidak terletak pada amaliah Ramadan yang kita kerjakan dengan baik, namun justru ditunjukkan dengan terabadikannya pesan-pesan ramadan dimulai dari bulan Syawal hingga Ramadan tahun yang akan datang. *Wallahu a’lam bi al-sawab*.***

Bagian Dua

HAKIKAT PUASA RAMADHAN DAN HIKMAHNYA BAGI UMAT ISLAM

1

Mengupas Terma *Shaum* (Puasa) Dalam Tradisi Sebelum dan Sesudah Islam

Oleh: **LUQMAN ABDUL JABBAR**

DALAM al-Quran surah al-Baqarah [2]: 183 Allah SWT. berfirman; *"Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan kepada kalian berpuasa sebagaimana telah diwajibkan kepada orang-orang sebelum kalian, agar kalian bertqwa".* Ayat ini mengindikasikan adanya tradisi berpuasa sebelum kedatangan syariat Nabi Muhammad saw. Karena itu pula sangat menarik untuk kita ketahui seperti apa konsep dan tradisi puasa sebelumnya.

Pada masa Jahiliyah, masyarakat Arab telah memiliki tradisi puasa yang dimulai dari pertengahan bulan sya'ban, guna menyambut musim panas dan medium pendekatan diri kepada Tuhan mereka. Dalam kitab *Ma'a ash-Shaimin* karya Syekh Baquri disebutkan bahwa pada masa Jahiliyah

masyarakat Arab telah mengenal terma *ash-shiyam* yang berarti berpindah-pindahnya orang dalam bersyair dan berpantun yang disampaikan oleh kaum muda dari para sesepuhnya. Selain itu terma *ash-shiyam* dapat berarti menahan gerak, seperti pengistilahan pada kuda yang hanya berdiam di kandang dan tidak diperguanakan untuk dipacu. Selain itu juga dikenal *shiyam ar-rih* (puasa angin) karena tidak menampakkan efek gerak, dan juga *shamat asy-syams* (matahari berpuasa) karena matahari tampak tak bergeser dari tempatnya disebabkan berada pada posisi tegak lurus.

Dalam al-Quran sendiri juga menggunakan istilah *shaum* (puasa) dalam makna dan tradisi yang berbeda, seperti berpuasanya Maryam as. untuk tidak berbicara dengan siapapun. Ini termuat dalam al-Quran surah Maryam [19]: 26; "*.....aku telah bernazar berpuasa untuk yang Maha Pemurah, maka aku tidak akan berbicara dengan seorang manusiapun pada hari ini*". Puasa dalam ayat ini berarti diam dan menahan diri untuk tidak berbicara.

Sementara terma Ramadhan dalam bahasa Arab berasal dari kata *ar-ramdhu* yang berarti hujan yang datang setelah musim kering, sehingga tanah terasa panas terbakar. Selain itu *ar-ramdhu* diartikan pula dengan panas yang terik. Maka ketika orang mengatakan *ramadhat qadamahu,* itu dapat diartikan kakinya terbakar karena panas yang terik. Ini dimaksudkan karena orang akan merasakan haus dan lapar karena panas itu. Juga akar kata *ramadha* dapat berarti panas terik di musim panas yang menyebabkan kerongkongan menjadi panas karena kehausan.

Demikianlah puasa dan ramadhan secara bahasa dan sastra Arab. Sementara puasa secara syar'i berarti menahan diri dari segala hal yang membatalkan, seperti makan minum dan lainnya—yang disertakan niat—sejak terbit fajar hingga matahari terbenam. Namun untuk mencapai kesempurnaan

ibadah puasa tersebut, hendaklah menghindari dari segala perbuatan yang dilarang oleh Islam. Sebagaimana sabda Rasulullah saw.; "*siapa saja yang tidak meninggalkan perkataan dan perbuatan keji, maka Allah tidak memiliki keperluan untuk meninggalkan makan dan minumnya*".

Sebenarnya, ada banyak bangsa sebelum bangsa Arab yang telah mengenal puasa. Sebagaimana bangsa Mesir kuno berpuasa yang kemudian diikuti oleh bangsa Yunani dan Romawi. Bahkan juga dalam tradisi selain Islam juga mengenal puasa, seperti agama Miyawi, Hindu, Budha, Yashudi dan Kristen.

Dalam kitab Taurat bagian kedua disebutkan; "A*ku memanggil, di sana untuk berpuasa di sungai Ahwa, agar kami dapat merendahkan di hadapan Tuhan kami, untuk meminta jalan yang lurus kepadanya untuk kita, anak-anak dan setiap harta kita*". Kemudian dalam Alkitab disebutkan "*beginilah firman Tuhan semesta alam kepadaku, waktu puasa dalam bulan keempat, dalam bulan yang kelima, dalam bulan yang ketujuh dan dalam bulan yang kesepuluh akan menjadi kegirangan dan suka cita dan mnejadi waktu-waktu perayaan yang menggembirakan bagi kaum Yehuda. Maka cintailah kebenaran dan kedamaian!*" (Perjanjian Lama: Zakaria: 8: 19).

Dan dalam Mathius juga disebutkan "*Dan apabila kamu berpuasa, janganlah muram mukamu seperti orang munafik. Mereka mengubah air mukanya, supaya orang melihat bahwa mereka sedang berpuasa. Aku berkata kepadamu; sesungguhnya mereka sudah mendapat upahnya. Tetapi apabila engkau berpuasa, minyakilah kepalamu dan cucilah mukamu. Supaya jangan dilihat oleh orang bahwa engkau sedang berpuasa, melainkan hanya oleh Bapamu yang ada di tempat tersembunyi. Maka Bapamu yang melihat yang tersembunyi akan membalasnya kepadamu*" (Perjanjian

Baru: Mathius: 6: 16-18).

Inilah gambaran terma dan tradisi puasa yang telah ada dan diwajibkan kepada umat dan agama terdahulu. Di antara mereka ada yang hanya berpuasa dari makanan tertentu, ada yang berpuasa dari makan dan minum selama beberpa jam tertentu saja, ada yang berpuasa dari terbitnya bintang hingga terbit kembali di hari berikutnya, ada juga yang berpuasa dari berbicara selain bertasbih dan berdoa kepada Allah.

Bulan puasa memiliki arti yang begitu penting dalam Islam, bahkan tingkat penghargaan ini dapat dilihat memlalui sabda nabi Muhammad saw. "*Kitab Ibrahim diturunkan pada malam pertama di bulan Ramadhan, diturunkah Taurat pada hari keenam bulan Ramadhan, Injil diturunkan pada hari ketiga belas bulan Ramadhan dan al-Quran diturunkan pada tanggal dua puluh empat bulan Ramadhan*".

Itu semua menunjukkan betapa mulia dan pentingnya bulan Ramadhan. Bahkan Islam sangat memuliakan dan mengutakan bulan ini dibandingkan bulan-bulan lainnya. Seperti apa dan bagaimana gambaran keutamaan, makna serta hikmah yang terdapat pada bulan Ramadhan tersebut. Dapat dibaca pada artikel-artikel lain yang termuat kemudian, meski bukan saya sebagai penulisnya.***

2

Puasa dalam Berbagai Ajaran Agama

Oleh: **AHMAD JAIS**

PERINTAH puasa hampir dijumpai di seluruh agama, baik dalam agama *Samawi* maupun agama *Ardhi*. Oleh karena itu, puasa sudah dilaksanakan oleh umat-umat terdahulu, beberapa ratus tahun yang lalu. Seluruh agama di dunia telah mengakui bahwa usia puasa telah begitu lanjut, hampir seusia dengan umat manusia di dunia, hanya bentuknya bermacam-macam. Ada yang berbentuk menahan diri dari berkata-kata, seperti yang pernah dipraktikkan oleh kaum Yahudi sebagaimana yang telah dikisahkan di dalam al-Quran sebagai berikut :

"..Jika kamu (Maryam) melihat seorang manusia, maka katakanlah, sesungguhnya aku telah bernazar berpuasa kepada Tuhan Yang Maha Pemurah, maka aku tidak akan berbicara dengan seorang manusia pun hari ini," (QS.19 : 26).

Menurut *Encyclopedia of Religion*, bangsa-bangsa yang berbudaya tinggi dan kuno Sebelum Masehi, seperti Romawi, Yunani dan Mesir Kuno, Hindu dan China juga telah mengamalkan puasa. Mereka ini berpuasa sebagai persediaan menyambut perayaan, memuja roh nenek moyang, membersihkan dosa dan persediaan menjadi pemimpin-pemimpin atau ketua agama. Di sini juga disebutkan bahwa puasa yang dilaksanakan oleh bangsa-bangsa tersebut berasal dari Nabi Adam dan Rasul-Rasul yang lain.

Di samping itu, ada lagi puasa yang dilakukan sebagai tanda berkabung dan duka-cita. Misalnya Nabi Daud as yang menjalankan puasa tujuh hari pada waktu putranya yang masih kecil sakit (II samuel, 12 : 16-19). Dalam riwayat yang lain, Nabi Daud as berpuasa berselang-seling, yaitu sehari berpuasa dan sehari berbuka yang diamalkan sepanjang tahun.

Berbeda lagi dengan syariat Nabi Musa as yang menetapkan bahwa hari penebusan adalah hari puasa, pada bulan yang ketujuh, pada tanggal sepuluh bulan itu, yang intinya agar orang merendahkan diri dan hatinya dengan berpuasa. Sementara itu, para pendeta menebusi mereka agar suci daripada dosa (Imamat, 16 : 29). Nabi Musa as sendiri pernah berpuasa selama 40 hari bukan untuk memperingati kesedihan, kesusahan, melainkan persiapan untuk menerima wahyu. Agama Nasrani tidak membawa warna baru dalam berpuasa, tetapi hanya meneruskan apa yang ada pada agama Yahudi, meski Nabi Isa as pernah berpuasa selama 40 hari 40 malam (Matius, 4: 2).

Islam membawa konsep baru tentang puasa. Puasa bukan pertanda duka-cita, kemalangan, atau berkabung sebagaimana yang telah disebutkan dalam puasa-puasa di atas, melainkan sebagai tanda pengabdian hamba dan

rasa terima kasih atas seluruh anugerah nikmat yang telah diberikan oleh Allah kepada para hamba-Nya. Puasa dilaksanakan dengan tujuan untuk memperoleh derajat *muttaqin*.

Muttaqin merupakan konsep yang akan memunculkan tipe-tipe manusia dunia yang berkualitas, derajat rohani yang tinggi, dan akhlak yang terpuji. Perilaku di bulan puasa ini juga ikut dipuasakan. Tidak hanya sekedar menahan makan, minum dan tidak berhubungan bagi suami istri di siang hari bulan puasa, tetapi juga hendaknya menahan lidah untuk tidak mencaci, menggunjing, menghujat, bicara kotor lainnya. Karena itu semua memang sudah terlarang, meski tidak dalam keadaan puasa sekalipun.

Derajat *muttaqin* juga hendaknya membuat seseorang itu semakin toleran dengan orang dan agama lain. Predikat *muttaqin* ini akan akan gagal dicapai, apabila seseorang melakukan sebaliknya, yaitu melakukan kekerasan sekalipun dengan dasar dan argumen agama. Idealnya, semakin banyak umat Islam yang khusuk dalam berpuasa, maka semakin berkurang jumlah kekerasan dan konflik, baik konflik yang terjadi antara suami-istri, orangtua dan anak, serta konflik yang terjadi antara elit-elit politik, lebih-lebih konflik yang menyertakan umat beragama. Jadi, dengan Ramadhan 1435 H yang sedang dijalani oleh umat Islam sekarang ini hendaknya menjadi titik terpenting bagi upaya peningkatan toleransi dan kerukunan intra dan antar-umat beragama. *Wallahu a'lam.****

3

Puasa: Proses Apotheosis

Oleh: **FIRDAUS ACHMAD**

SEBAGAI bangunan dari kristalisasi spiritualitas manusia, Islam tidak hanya mengandung makna 'keselamatan', namun juga makna 'ketundukan' atau 'kepatuhan'. Kedua makna ini mengandung energi yang mampu menghipnotis para penganutnya untuk melakukan segala bentuk tuntutan kebertuhanan. Secara ontologis, term 'keselamatan' dan 'ketundukan' atau 'kepatuhan' dapat dapat dipahami sebagai satu bentuk relasi causalistis (saling bersebab).

Dari aspek realitas teologis, makna 'keselamatan' merupakan kesejatian nilai pengharapan manusia yang terlahir dari aktivitas 'kepatuhan' terhadap kuasa dan kehendak Tuhan. Dengan demikian, pengharapan manusia akan nilai keselamatan menjadi sebab motivatif baginya dalam bersusah payah menjalani aktivitas kepatuhan teologis. Sementara pada aspek metafisikal teologis, 'keselamatan' justru menjadi akibat dari adanya aktivitas

kehambaan teologis, sebagai wujud 'kepatuhan' manusia. 'Keselamatan' merupakan hadiah yang semungkinnya diperoleh setiap manusia setelah menghambakan diri hanya kepada Tuhan.

Kesediaan untuk menghambakan diri, berwujud aktivitas kepatuhan teologis, bermula dari daya tarik dan kehasratan manusia akan kemahakuasaan (*omnipotence*) Tuhan yang terhampar di kesemestaan jagad raya. Kehasratan manusia itu dijawab Tuhan dengan menggunakan bahasa alam yang fenomenal dan dinamis. Untuk menuntun arah bagi daya Tarik manusia, Tuhan menghadirkan diriNya dalam pijar-pijar cahaya semesta kehidupan jagad raya. Tafsiran terhadap bahasa dan cara Tuhan menghadirkan diriNya, telah menciptakan ruang pemaknaan *immanensi* (kemenyatuan), antara Absolusitas yang dihasrati dengan relativitas yang menghasrati, dalam samudera pengetahuan manusia.

Produk penafsiran manusia terhadap eksistensi Tuhan dalam keluasan semesta jagad raya melahirkan berbagai simbol dan terma yang menggambarkan Roh Absolut. Dalam bangunan teologi Islam, simbol dan terma dari semua tradisi penafsiran, mengkristal ke sebuah nama yang sarat makna dan nilai, yaitu 'Allah'. Sebagai nama yang bersifat 'maha', terma 'Allah' telah menggoda hasrat kehambaan manusia untuk mencari, mengenal, memahami kekuatan di luar dirinya sebagai Roh Absolut, dan kemudian meleburkan diri dengan Nya dalam makna kemenyatuan spiritual. Nama inilah yang menjadi mula dari kehasratan, arah bagi tujuan, energi dalam segala bentuk pengabdian, dan akhir dari proses kehambaan manusia.

Pemenuhan hasrat kehambaan akan 'kemahaan' Allah teraktualisasikan dalam bentuk penghambaan diri manusia kepada-Nya. Aktualisasi penghambaan dimaksud

berproses dalam tiga tahapan kehambaan eksistensial, yaitu: proses mencari (*hu*), proses mengenal (*lahu*), dan proses mengabdi (*lillaahi*). Ketiga proses ini terkandung dalam pertautan huruf-huruf pada nama Allah yang menjadi mula dari kehasratan, arah bagi tujuan, energi dalam pengabdian, dan akhir dari proses kehambaan manusia.

Proses 'mencari' dapat diidentifikasikan melalui huruf '*ha*' (berbaca '*hu*') yang bermakna 'Dia'. Berawal dari pertanyaan: siapa atau apa yang ada di balik semesta? makna 'Dia' dipahamkan sebagai absolusitas kekuatan di luar kesemestaan jagad raya. 'Dia' lah yang tersembunyi di balik tabir misteri dan menjadi mula dari kehasratan manusia dalam mencari makna 'keselamatan' dalam kehidupan.

Proses 'mengenal' terindikasi pada tautan huruf '*lam*' dan '*ha*' yang terbaca '*lahu*' dengan makna 'pada Nya'. Proses kehambaan ini dilakukan oleh manusia setelah ia mendapatkan jawaban tentang Ruh Absolut sebagai misteri kekuatan di balik eksistensi alam semesta. Dalam proses ini, eksistensi Tuhan yang disimbolkan dengan huruf '*ha*' (berbaca '*hu*'), menjadi arah bagi setiap tujuan penghambaan manusia. Kemahakuasaan (*omnipotence*) dan kemahatahuan (*omniscience*) Tuhan yang bertebaran dalam hamparan semesta jagad raya merupakan daya tarik teologis bagi manusia.

Proses 'mengabdi' terungkap dalam pertautan huruf '*lam*', '*lam*' dan '*ha*' yang terbaca '*lillaahi*' dengan makna 'karena Nya' atau 'bagi Nya' atau 'untuk Nya'. Proses kehambaan ini merupakan pembuktian dari hasil proses pencarian dan pengenalan manusia terhadap realitas absolut yang ada di balik realitas kesemestaan jagad raya. Pada proses ini, manusia tidak lagi mengenal dan tidak mau mengenal berbagai kekuatan yang menawarkan jaminan 'keselamatan', kecuali Ruh Absolut dengan segala kemahaan-

Nya.

Pengukuhan dalam pengertian pentauhidan manusia terhadap eksistensi Tuhan sebagai satu-satunya pemilik dan pemberi ‘keselamatan’, merupakan puncak tertinggi dari proses penghambaan. Pada tingkat ini, segala hasrat dan dahaga akan ‘keselamatan’ telah terpenuhi oleh kemenyatuan diri dengan Ruh Absolut dalam dialog kepatuhan atau ketundukan. Kemenyatuan dimaksud bersimbol dalam pertautan huruf huruf yang membentuk sebuah nama bersifat, yaitu ‘Allah’.

Segala bentuk ibadah yang tertitah dalam syariat agama merupakan perwujudan dari dialog kepatuhan atau ketundukan teologis. Kesemua ibadah yang telah disyariatkan menjadi sarana kemenyatuan (*immanensi*) antara Tuhan dalam realitas absolut dengan manusia dalam realitas relatif. Keberhasilan manusia melaksanakan prosesi peribadatan akan menjamin kualitas kemenyatuan dirinya dengan Tuhan.

Di antara ibadah-ibadah yang ada dalam syariat, puasa memiliki kekhasan tersendiri. Di dalamnya sarat dengan nilai dan makna-makna kehambaan. Kepadatan nilai dan makna spiritualitasnya berimbang signifikan dengan nilai dan makna fisikal–sosialnya. Totalitas penghambaan dalam pertautan vertikal dan horizontal merupakan karakter keibadahan puasa yang menjadikannya bernilai beda dengan ibadah lain. Bahkan Tuhan sendiri menderajatkan nilai kemaknaan puasa dengan menegaskan: “Semua ibadah anak cucu adam kembali kepada mereka kecuali puasa, karena puasa akan kembali kepada Ku.”

Penegasan Tuhan tersebut sejatinya tidak hanya untuk menderajatkan ibadah puasa, namun juga untuk memahamkan, betapa ibadah puasa sangat fasilitatif dalam menderajatkan manusia sebagai makhluq mulia yang mampu

melebur dalam kuasa kehendak Tuhan. Kesemua nilai dan makna yang ditawarkan oleh ibadah puasa senyatanya mampu menggerakkan kesemua dimensi kedirian manusia (fisikal, emosional, rasional, spiritual dan metafisikal). Puasa menuntun manusia dalam menapaki tangga kehidupan yang mengarah ke atas.

Ibadah puasa berpotensi melahirkan manusia yang layak menghebatkan diri secara fisikal, memapankan diri secara emosional, mencahayakan diri secara rasional, mensucikan diri secara spiritual, dan mematuhkan diri secara metafisikal. Dalam al-Quran, manusia berkarakter seperti ini disapa dengan sapaan 'muttaqin', yaitu manusia paripurna yang bangunan kesadarannya sudah tidak berbatas, karena ia telah melebur dalam kesejatian kuasa kehendak Tuhan.

Proses peleburan dalam kesejatian kuasa kehendak Tuhan, melalui ibadah puasa, memberikan peluang bagi manusia untuk berpikir benar, berkehendak benar, bertutur benar, bersikap benar, dan bertindak benar. Kehidupan yang benar ia lakonkan dalam kebenaran kuasa Tuhan, dan lakon kebenaran itu lah yang menghadirkan ia seperti tuhan (*apotheosis*).***

4

Keutamaan Bulan dan Puasa Ramadan

Oleh: **RAHMAP**

DALAM tulisan kali ini, penulis hanya akan mengingatkan kita bersama mengenai keutamaan bulan Ramadan dan puasa di dalamnya. Semoga Allah selalu memberikan hamba-Nya kedalaman ilmu agar mampu memaksimalkan ibadah pada bulan penuh berkah ini. Bagian pertama ialah keutamaan bulan Ramadan. Ada beberapa keutamaan bulan Ramadan antara lain; pertama, Ramadan adalah bulan diturunkannya Al-Quran. Bulan Ramadan adalah bulan yang mulia. Bulan ini dipilih sebagai bulan untuk berpuasa dan pada bulan ini pula Al-Quran diturunkan. Sebagaimana firman Allah yang artinya; *"(Beberapa hari yang ditentukan itu ialah) bulan Ramadan, bulan yang di dalamnya diturunkan (permulaan) Al-Quran sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda*

(antara yang hak dan yang bathil). Karena itu, barangsiapa di antara kamu hadir (di negeri tempat tinggalnya) di bulan itu, maka hendaklah ia berpuasa pada bulan itu." (QS. Al Baqarah [2]: 185)

Menurut Ibnu Katsir bahwa dalam ayat di atas, Allah Swt menyebutkan keistimewaan bulan puasa (Ramadan) daripada bulan-bulan lainnya. Allah telah memilih dan menetapkan bulan Ramadan sebagai bulan diturunkannya Al-Quran. Di bulan Ramadan ini pula Allah telah menurunkan kitab suci lainnya kepada para Nabi.

Kedua, Setan-setan dibelenggu, pintu-pintu neraka ditutup dan pintu-pintu surga dibuka ketika Ramadan tiba. Rasulullah Saw. bersabda yang artinya; *"Apabila Ramadan tiba, pintu surga dibuka, pintu neraka ditutup, dan syetanpun dibelenggu."* (HR. Muslim). Syaikh Ibnu Utsaimin menjelaskan bahwa pintu-pintu surga dibuka pada bulan ini karena banyaknya amal saleh dikerjakan sekaligus untuk memotivasi umat Islam untuk melakukan kebaikan. Pintu-pintu neraka ditutup karena sedikitnya maksiat yang dilakukan oleh orang yang beriman. Setan-setan diikat kemudian dibelenggu, tidak dibiarkan lepas seperti di bulan selain Ramadan."

Ketiga, terdapat malam yang penuh kemuliaan dan keberkahan. Pada bulan Ramadan terdapat suatu malam yang lebih baik dari seribu bulan yaitu *lailah al-qadr* (malam kemuliaan). Pada malam inilah -yaitu 10 hari terakhir di bulan Ramadan- saat diturunkannya Al-Quran sebagaimana bunyi ayat yang artinya; "Sesungguhnya Kami telah menurunkannya (Al-Quran) pada *lailah al-qadr* (malam kemuliaan). Dan tahukah kamu apakah malam kemuliaan itu? Malam kemuliaan itu lebih baik dari seribu bulan." (QS. Al Qadr [97]: 1-3). Ayat lainnya ialah yang artinya; "Sesungguhnya Kami menurunkannya pada suatu malam yang diberkahi

dan sesungguhnya Kami-lah yang memberi peringatan." (QS. Ad Dukhan [44]: 3). Beberapa sahabat seperti Ibnu Abbas, Qotadah dan Mujahid mengatakan bahwa malam yang diberkahi tersebut adalah malam *lailah al-qadr*.

Keempat, bulan Ramadan adalah salah satu waktu dikabulkannya doa. Rasulullah Saw. bersabda yang artinya; "Sesungguhnya Allah membebaskan beberapa orang dari api neraka pada setiap hari di bulan Ramadan, dan setiap muslim apabila dia memanjatkan do'a maka pasti dikabulkan." Oleh karena itu kita berusaha memperbanyak doa kepada Allah Swt. terutama doa mohon ampun atas kesalahan lahir dan batin selama ini. Kesalahan hati, jiwa, pikiran, kesalahan panca indera dan kesalahan perilaku di tengah-tengah masyarakat.

Bagian kedua ialah keutamaan puasa. Ada beberapa keutamaan ibadah puasa, antara lain; pertama, puasa adalah perisai. Hal ini disebutkan oleh Rasulullah Saw. dalam hadits yang artinya; "*Puasa adalah perisai yang dapat melindungi seorang hamba dari api neraka*." (HR. Ahmad dan Baihaqi). Kedua, orang yang berpuasa akan mendapatkan pahala yang tak terhingga. Ketiga, orang yang berpuasa akan mendapatkan dua kebahagiaan. Keempat, bau mulut orang yang berpuasa lebih harum di hadapan Allah daripada bau misik/kasturi. Tiga keutamaan terakhir dijelaskan oleh Rasulullah Saw. dalam hadits yang artinya; *"Allah berfirman,'Setiap amal anak Adam adalah untuknya kecuali puasa. Puasa tersebut adalah untuk-Ku dan Aku yang akan membalasnya. Puasa adalah perisai. Apabila salah seorang dari kalian berpuasa maka janganlah berkata kotor, jangan pula berteriak-teriak. Jika ada seseorang yang mencaci dan mengajak berkelahi maka katakanlah,'Saya sedang berpuasa'. Demi Dzat yang jiwa Muhammad berada di tangan-Nya, sesungguhnya bau mulut orang yang berpuasa lebih harum*

di sisi Allah pada hari kiamat daripada bau misk/kasturi. Dan bagi orang yang berpuasa ada dua kegembiraan, ketika berbuka mereka bergembira dengan bukanya dan ketika bertemu Allah mereka bergembira karena puasanya'. " (HR. Bukhari dan Muslim)

Keutamaan yang kelima ialah puasa akan memberikan syafaat bagi orang yang menjalankannya seperti dijelaskan oleh Nabi Saw yang artinya; "*Puasa dan Al-Quran akan memberikan syafaat kepada seorang hamba pada hari kiamat nanti. Puasa akan berkata,'Wahai Tuhanku, saya telah menahannya dari makan dan nafsu syahwat, karenanya perkenankan aku untuk memberikan syafaat kepadanya'. Dan Al-Quran pula berkata,'Saya telah melarangnya dari tidur pada malam hari, karenanya perkenankan aku untuk memberi syafaat kepadanya.'* Beliau bersabda, *'Maka syafaat keduanya diperkenankan.'"* (HR. Ahmad, Hakim, Thabrani). Keenam, orang yang berpuasa akan mendapatkan pengampunan dosa. Hal ini disampaikan oleh Rasulullah Saw melalui hadits yang artinya; *"Barangsiapa yang berpuasa di bulan Ramadan karena iman dan mengharap pahala dari Allah maka dosanya di masa lalu pasti diampuni".* (HR. Bukhari dan Muslim). Yang terakhir ialah orang yang berpuasa akan disediakan *al-Rayyan* pintu masuk surga yang disediakan khusus bagi orang-orang yang berpuasa. Sahl bin Sa'd ra berkata bahwa Rasulullah saw bersabda yang artinya; *"Sesungguhnya di surga ada sebuah pintu yang bernama al-Rayyan. Pada hari kiamat orang-orang yang berpuasa akan masuk surga melalui pintu tersebut dan tidak ada seorang pun yang masuk melalui pintu tersebut kecuali mereka. Dikatakan kepada mereka,'Di mana orang-orang yang berpuasa?' Maka orang-orang yang berpuasa pun berdiri dan tidak ada seorang pun yang masuk melalui pintu tersebut kecuali mereka. Jika mereka sudah masuk, pintu tersebut ditutup dan tidak ada lagi seorang*

pun yang masuk melalui pintu tersebut". (HR. Bukhari dan Muslim)

Demikian ulasan tentang beberapa keutamaan bulan dan puasa Ramadan. Semoga dapat mendorong kita agar lebih bersemangat untuk mendapatkan keutamaan berpuasa di bulan Ramadhan dengan cara meningkatkan kualitas semua ibadah di bulan yang penuh berkah tersebut terutama ibadah puasa. Puasa yang tidak sesuai dengan tuntunan Allah dan Rasul-Nya, maka sangat berat bagi kita untuk memperoleh keutamaan-keutamaan di atas. *Wallahu a'lam bi al-shawab*.***

5

Hukum Melaksanakan Puasa Ramadhan dan Hikmahnya Bagi Umat Islam

Oleh: **SUKARDI**

TELAH kita ketahui bersama bahwa puasa Ramadhan adalah bagian dari rukun Islam, sehingga bangunan Islam pun bisa tegak dengan adanya salah satu rukun ini. Bukti wajibnya puasa disebutkan dalam firman Allah (yang artinya), "*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa*." (QS. Al Baqarah: 183). Puasa ramadhan ini diwajibkan bagi setiap muslim, berakal, sudah baligh, dalam keadaan sehat dan dalam keadaan mukim.

Tulisan ini mencoba untuk mengingatkan kita kembali akan hukum dan hikmahnya menjalankan ibadah

puasa khususnya bagi ummat Islam yang telah memiliki kewajiban untuk menjalankan ibadah puasa (baca:baligh).

Syarat Sah dan Rukun Puasa

Syarat sahnya puasa ada dua, yaitu: Pertama, Dalam keadaan suci dari haidh dan nifas. Kedua, Berniat. (Lihat Shahih Fiqh Sunnah, 2/ 97 dan Al Mawsu'ah Al Fiqhiyah, 2/ 9917).

Niat merupakan syarat sah puasa karena puasa adalah ibadah sedangkan ibadah tidaklah sah kecuali dengan niat sebagaimana ibadah yang lain. Dalil dari hal ini adalah sabda Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam*, "*Sesungguhnya setiap amal itu tergantung dari niatnya*." (HR. Bukhari no. 1 dan Muslim no. 1907, dari 'Umar bin Al Khattab). Namun, para pembaca sekalian perlu ketahui bahwasanya niat tersebut bukanlah diucapkan (dilafadzkan). Karena yang dimaksud niat adalah kehendak untuk melakukan sesuatu dan niat letaknya di hati (Niat tidak perlu dilafazhkan dengan *"nawaitu shouma ghodin …"*. Jika seseorang makan sahur, pasti ia sudah niat dalam hatinya bahwa ia akan puasa. Agama ini sungguh tidak mempersulit umatnya).

Semoga Allah merahmati An Nawawi *rahimahullah* –ulama besar dalam Syafi'iyah- yang mengatakan, "Tidaklah sah puasa seseorang kecuali dengan niat. Letak niat adalah dalam hati, tidak disyaratkan untuk diucapkan. Masalah ini tidak terdapat perselisihan di antara para ulama." (lihat Rowdhotuth Tholibin, 1/268). Ulama Syafi'iyah lainnya, Asy Syarbini *rahimahullah* mengatakan, "Niat letaknya dalam hati dan tidak perlu sama sekali dilafazhkan. Niat sama sekali tidak disyaratkan untuk dilafazhkan sebagaimana ditegaskan oleh An Nawawi dalam Ar Roudhoh." (lihat Mughnil Muhtaj, 1/620).

Niat puasa harus diperbaharui setiap harinya dan

harus diniatkan sebelum masuk waktu Shubuh. Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda, "*Barangsiapa siapa yang tidak berniat sebelum fajar, maka puasanya tidak sah*." (HR. Abu Daud no. 2454, Tirmidzi no. 730, dan Nasa'i no. 2333. Syaikh Al Albani mengatakan bahwa hadits ini shahih. Lihat Irwaul Gholil 914 (4/26).

Adapun rukun puasa adalah menahan diri dari berbagai pembatal puasa mulai dari terbit fajar (yaitu fajar shodiq) hingga terbenamnya matahari (lihat *Al Mawsu'ah Al Fiqhiyah*, 2/9915). Hal ini berdasarkan firman Allah *Ta'ala* (yang artinya), "*Dan makan minumlah hingga terang bagimu benang putih dari benang hitam, yaitu fajar. Kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai (datang) malam*." (QS. Al Baqarah: 187).

Hukum Puasa

Pertama, Bagi Orang Sakit. Di mana seorang muslim ditimpa sakit dalam bulan Ramadlan akan tetapi sakitnya itu tidak memberatkan maka teruskanlah berpuasa. Akan tetapi sebaliknya bilamana seorang muslim itu sakit dan sakitnya itu memberatkan maka berbuka puasalah akan tetapi ia harus menqqadlonya di lain waktu bukan bulan Ramadlan. Dan bilamana sakitnya itu tidak akan bisa sembuh lagi maka ia diharuskan membayar fidyah yaitu satu mud atau ¾ liter dari makanan setiap harinya kepada fakir miskin.

Kedua, Orang Lanjut Usia. Di mana seorang muslim atau musliamat telah sampai lanjut usia. Dan ia tidak mampu lagi berpuasa. Maka sebagai gantinya yaitu *fidyah* setiap harinya satu mud atau ¾ liter dari makanan. Ibnu Abbas r.a. berkata dari Rasul Saw.: Diperbolehkan bagi orang yang telah lanjut usia memberikan makanan setiap harinya kepada fakir miskin dan tidak ada kewajiban qadlo baginya. (H.R.Daruqathni dan al-Hakim)

Ketiga, Ibu Hamil dan Menyusui. Apabila seorang muslimah hamil dan dikhawatirkan atas dirinya dan yang ada di kandungannya maka boleh tidak berpuasa. Dan dimana telah beres dari udzurnya maka harus mengqadlonya atas hari-hari yang ditinggalkannya. Dan apabila ia orang yang berkecukupan dan dengan shadaqah atau fidyah setiap hari yang ditinggalkannya, Dan hal ini lebih sempurna bagi muslimah itu dan lebih agung ganjarannya. Hal ini pun berlaku bagi orang yang sedang menyusui karena khawatir terhadap dirinya atau anaknya. Dan tidak menemukan orang yang dapat menyusui anaknya selain dirinya.

Hikmah Puasa

Yaitu agar kita bertakwa dan menyembah Allah SWT. Takwa adalah meninggalkan larangan-larangan. Secara khusus takwa adalah mengerjakan apa yang diperintahkan dan meninggalkan apa yang dilarang. Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,*"Barangsiapa yang tidak meninggalkan perkataan dusta, selalu mengerjakannya dan tidak meninggalkan kebodohan, maka Allah tidak akan memberikan pahala atas puasanya."* (HR. al-Bukhari)

Dari sini jelaslah bahwa orang yang berpuasa dan melaksanakan segala kewajiban, maka dia akan menjauhi perbuatan haram baik yang berupa perkataan maupun perbuatan, sehingga dia tidak mencaci manusia, tidak berbohong, tidak mengadu domba di antara mereka, tidak menjual barang haram dan menjauhi segala macam perbuatan haram. Jika manusia bisa melakukan semua itu dalam sebulan penuh, maka dirinya akan berjalan lurus pada bulan-bulan berikutnya.

Tetapi sayang, banyak orang berpuasa yang tidak membedakan antara hari puasa dengan hari biasa. Pada bulan Ramadhan, mereka berperilaku seperti biasanya, meninggalkan kewajiban, melakukan perbuatan haram,

dan tidak merasa bahwa dirinya sedang berpuasa. Memang perbuatan itu tidak membatalkan puasa, tetapi bisa mengurangi pahalanya. Mungkin ketika ditimbang kelak memang ada catatan puasanya, tetapi pahalanya hilang. *Wallahu'allam Bisshawab*.***

6

Hikmah Penetapan Puasa di Bulan Ramadhan

Oleh: **SYARIFAH FATIMAH AL-HADDAD**

BANYAK agama mengenal ajaran puasa sebagai suatu ibadah. Puasa tidak hanya dikenal di tengah umat Islam. Meskipun demikian, ibadah puasa tampak lebih khas milik muslim. Mereka di setiap tahun menunaikan puasa selama satu bulan, tepatnya puasa Ramadhan.

Puasa Ramadhan bagi muslim merupakan ibadah yang difardhukan. Puasa adalah menahan diri selama satu hari penuh dari segala hal yang dapat membatalkannya dengan sejumlah aturan yang telah ditentukan. Selain hal itu, puasa Ramadhan memiliki sejumlah persyaratan dan rukun, tidak dapat diabaikan, karena dapat membatalkan nilai ibadah.

Syarat wajib puasa bagi seorang muslim adalah berakal, baligh, dan mampu untuk melaksanakannya.

Seandainya, sejumlah syarat tersebut tidak terpenuhi, maka tiada kewajiban bagi seorang muslim untuk puasa. Selain itu terdapat syarat sah puasa, yaitu meliputi niat, menahan diri dari hubungan intim dan tidak secara sengaja mengeluarkan sperma, tidak sengaja muntah, tidak memasukan benda ke dalam lubang tubuh, beragam Islam, serta suci dari haid dan nifas. Sedangkan, rukun puasa adalah niat, menahan diri dari pelbagai hal yang membatalkannya, dan mengetahui waktu atau awal dan akhir puasa.

Semua hal di atas telah dibahas secara mendetail di dalam kitab-kitab fikih. Tidak ada perselisihan di dalam pokok-pokok aturan puasa, kecuali pada rincian-rinciannya. Hal itu masih dalam batas-batas yang dapat dipahami atau dimaklumi. Pembahasan puasa dalam banyak kitab fikih dirasa memadai dan tuntas.

Suatu hal menarik bahwa puasa fardhu muslim ditentukan menurut hitungan kalender qamariyah, yaitu bulan Ramadhan, bukan penanggalan syamsiyah. Semua ibadah di dalam Islam terkait dengan waktu memang ditentukan berdasarkan hitungan kalender qamariyah, termasuk waktu haji dan zakat. Namun, ibadah puasa Ramadhan memiliki hikmah tersendiri bagi ummat muslim, tidak hanya bagi muslim di negara tertentu, melainkan di setiap belahan bumi. Hal itu karena puasa fardhu ditentukan berdasarkan hitungan kalender qamariyah.

Pada faktanya, tahun qamariyah terhitung lebih pendek dibandingkan dengan tahun syamsiyah, terdapat selisih 11 hari. Sebagai akibatnya, di setiap tahun, bulan Ramadhan dalam hitungan kalender syamsiyah akan tiba lebih awal sepuluh hari dari tahun sebelumnya.

Di tengah fenomena alam itu, selama rentang 36 tahun, setiap muslim berarti telah merasakan puasa di setiap hari dalam kalender syamsiyah. Mereka pernah merasakan

puasa di bulan Januari sampai Desember dan terus berulang di masa berikutnya.

Perlu dikemukakan bahwa revolusi bumi terhadap matahari sebagai dasar hitungan kalender syamsiyah memiliki pengaruh terhadap alam. Di antaranya adalah perbedaan rentang waktu atau lamanya siang dan malam serta pergantian musim di sepanjang tahun. Hal itu tidak terjadi pada revolusi bulan terhadap bumi sebagai dasar bagi hitungan kalender qamariyah. Oleh sebab itulah pembagian musim atau gejala alam selalu dikaitkan dengan bulan-bulan dalam kalender syamsiyah, bukan pada hitungan kalender qamariyah.

Di dalam fenomena alam itu, setiap muslim kawasan tropis akan merasakan puasa di musim penghujan dan kemarau. Sementara, muslim di belahan bumi bagian Utara dan Selatan secara bergantian akan merasakan puasa pada musim semi, panas, gugur, dan dingin. Pada saat sama, mereka secara bergantian akan merasakan puasa di musim yang siangnya panjang dan malamnya pendek atau siangnya pendek dan malamnya panjang. Mereka di dalam batas-batas kawasannya akan merasakan puasa di setiap musim.

Pada gilirannya, seorang muslim di dalam melaksanakan ibadah puasa Ramadhan akan merasakan pengalaman sama dengan saudara seagamanya yang berada di tempat lain. Mereka tidak akan selamanya puasa Ramadhan di musim panas atau dingin atau kemarau saja. Mereka dipastikan tidak selamanya puasa di musim yang siangnya panjang atau malamnya pendek, karena musim akan terus berubah atau silih berganti. Secara sama, mereka akan mendapatkan gilirannya, tidak kekal di satu musim tertentu.

Pada batas itu, berat dan ringannya puasa terkait fenomena alam akan dirasakan setiap muslim. Secara

bergiliran, mereka akan merasakan berat dan ringannya puasa.

Hal demikian itu menurut ulama Suria Said Hawwa merupakan suatu hikmah dibalik ketetapan Allah terhadap puasa fardhu bagi muslim di bulan Ramadhan. Allah menetapkan puasa fardhu tersebut dalam hitungan kalender qamariyah. Hal tersebut akan berbeda ketika waktu puasa fardhu ditetapkan pada hitungan kalender syamsiyah. Muslim di daerah tertentu akan merasakan puasa di musim panas atau kemarau saja, tiada merasakan musim lainnya. Setiap ketetapan-Nya dinilainya memiliki hikmah, bukan tanpa pelajaran.

Secara lebih lanjut, masih terkait fenomena alam, setiap muslim akan merasakan puasa dengan hidangan buka yang bergantian, terutama buah-buahan dan sayur-sayuran. Setiap buah dan sebagian sayuran memiliki musim, tidak dapat ditemukan di sepanjang tahun. Hal itu membuat muslim tidak merasa bosan dengan menu hidangan buka puasa. Mereka di setiap beberapa tahun akan menemui puasa dengan pergantian musim buah dan sayuran. Suasana demikian itu tentu memberikan gairah puasa bagi muslim, tidak terasa membosankan.***

7

Puasa dan Pengembangan Prilaku Positif

Oleh: **ISYATUL MARDIYATI**

DILIHAT dari sisi psikologi, puasa selain memiliki keterkaitan dengan *human motivation*, juga berkaitan dengan pengembangan potensi batin dalam konteks tingkah laku manusia. Motivasi puasa yang digerakkan oleh kebutuhan dasar (*basic need*) yang bersifat konstruktif, akan membawa dampak positif bagi prilaku orang yang melakukannya, karena hakikat puasa tidak hanya menahan diri dari lapar dan haus juga dari hal-hal tercela yang akan mengurangi pahala orang yang berpuasa.

Dampak positif ini berasal dari prilaku berpuasa yang didasarkan atas sebuah teori psikologi, bahwa motivasi akan selalu berhubungan dengan kebutuhan, tingkah laku dan tujuan yang diharapkan. Apabila puasa dapat dijadikan sebagai sarana untuk memenuhi berbagai kebutuhan dasar

manusiawi, maka secara otomatis ia juga akan mampu menjadi bagian di dalam mengembangkan kepribadian individu yang sehat serta melahirkan tingkah laku yang terpuji. Hal ini dapat terjadi, karena dimensi spiritual puasa tercermin dorongan pengendalian hawa nafsu sebagai upaya internalisasi nilai-nilai ketuhanan dalam bentuk tingkah laku keseharian, sementara dimensi psikologisnya dapat dilihat pada dampak psikologis yang diakibatkan oleh pencegahan makan, minum dan menghidnari perbuatan-perbuatan yang tercela.

Dengan demikian puasa tidak hanya merupakan pandangan yang cenderung dibatasi oleh rambu-rambu aturan dalam tataran pra dan rambu-rambu rukun dalam tataran proses yang hanya sekedar memenuhi tuntutan syarat dan rukun dalam tataran legalitas, melainkan juga berupa penghayatan dan pengamalan nilai-nilai spiritualitas dan moralitas bagi pelakunya.

Pemikiran ini didasarkan atas hakikat puasa yang lebih mengedepankan pengembangan jiwa positif dan sempurna, daripada sekedar mengendalikan perut dari rasa lapar dan haus. Jiwa positif dan sempurna adalah indikasi kesehatan psikologis, dimana jika ibadah puasa yang dilakukan seseorang tidak dapat berfungsi sebagai pengembangan jiwa ke arah yang lebih sehat, maka hubungan puasa dengan kesehatan psikologis cenderung negatif. Ini artinya, orang yang melakukan puasa tersebut kurang sehat jiwanya. Sebab disamping motivasi psikologisnya lebih didasarkan pada niat yang amat rendah, juga pandangan mengenai dirinya yang cenderung tidak objektif, akibat masih dikuasai oleh dorongan-dorongan Id, yang dalam teori Psikoanalisis lebih berpihak pada prinsip kesenangan (*pleasure principle*). Padahal puasa yang dilakukan dengan motivasi psikologis yang tinggi dapat dijadikan sarana pengembangan jiwa

yang berbasis kejujuran, seperti yang dinyatakan Nabi Muhammad : *"Innama al shaum amanah falyahfazh ahadukum amanatahu", Rawahu Ibnu Mas'ud.* (*sesungguhnya puasa itu hanyalah proses pengembangan rasa kejujuran, karena itu jagalah amanat tersebut*).

Dari penjelasan di atas, maka dapat ditarik substansinya bahwa manusia yang berhati sehat (*salim*), tingkah laku psikologisnya akan selalu cenderung menjauhkan diri dari hal-hal yang bersifat negatif. Kemungkinan ini dapat terjadi, karena hati yang sehat, selain memiliki spirit malaikat yang cenderung ke arah tingkah laku yang baik, dan selalu berusaha untuk mendekat kepada Allah, juga memiliki potensi yang disebut *al nur al Ilahi* (cahaya ketuhanan) dan *al bashirah al bathiniyyah* (mata batin) yang selalu memancarkan keimanan dan keyakinan. Dengan demikian, antara puasa, hati yang sehat dan tingkah laku yang positif memiliki hubungan yang saling berkaitan. Hubungan ini juga yang tercermin pada potensi akal yang memiliki kemampuan mengetahui perbuatan baik/buruk dan mengekang dorongan syahwat yang selalu menginginkan kenikmatan. *Wallahualam bishowab*.***

8

Evaluasi Diri dalam Berpuasa dan Upaya Menuju Pertaubatan

Oleh: **RASMI SATTAR**

KEDATANGAN bulan suci Ramadhan ditanggapi bermacam-macam bagi kaum muslimin. Ada yang merasa gembira dan bersuka cita datangnya bulan Ramadhan. Karena dengan tibanya bulan puasa Ramadhan mereka merasa menerima karunia yang besar dari Allah untuk berjumpa kembali dengan Ramadhan yang penuh rahmat dan magfirah ini. Sehingga ada kesempatan untuk meningkatkan ibadah dan bertaubat kepada Allah swt. Sementara beberapa handai taulan dan kerabat sudah ada yang mendahului pulang ke Rahmatullah dan tidak sempat bertemu Ramadhan tahun ini. Orang yang bersuka cita datangnya Ramadhan tentulah muslim yang cukup tebal imannya, dan keikhlasannya cukup tinggi beribadah kerana Allah. Ibadah puasa bukannya sebagai beban, tetapi adalah suatu kebutuhan yang penuh kenikmatan.

Golongan kedua, adalah orang yang berpuasa memang

merasakan beban, tetapi dibalik kewajiban puasa yang ia tunaikan, muncul kenikmatan tersendiri dalam suasana Ramadhan. Gema Ramadhan yang dirasakan semakin bermakna, apalagi sering mendengarkan ceramah sebelum tarawih, dan kuliah subuh setelah shalat subuh di masjid atau surau, sehingga menambah wawasan keislamannya, sedikit demi sedikit mulai mersakan nikmat dan indahnya ibadah puasa. Selain berpuasa siang hari juga bisa bersilaturrahmi dengan jamaah di masjid atau surau ketika turun shalat tarawih atau ikut tadarrus Al-Quran.

Sedangkan golongan ketiga adalah orang yang merasa galau dan resah ketika Ramadhan datang. Cuma kagalauan dan keresahannya itu tidak tampak secara fisik. Orang seperti ini menganggap puasa itu adalah beban dan kewajiban yang memberatkan, karena menghilangkan kebebasan dan kenyamanan seseorang untuk menikmati makan dan minum serta berhubungan suami isteri pada siang hari. Orang semcam ini kalaupun berpuasa bukan kerana Allah, tapi karena terpaksa, mungkin malu dengan mertua, malu dengan isteri atau malu dengan ipar, mungkin juga malu dengan anaknya yang masih kecil sudah berpuasa. Muslim yang seperti ini belum merasakan nikmatnya ibadah puasa, tapi sebaliknya puasa dianggap beban, karena dangkalnya iman yang dimiliki. Tipe orang seperti inipun biasanya agak malas untuk shalat lail di masjid atau surau, karena ibadah dianggap sebagai beban. Ketika Idul Fitri telah tiba, orang yang terpaksa berpuasa ini merasa senang sekali karena beban puasa tidak ada lagi dirasakannya, dia seakan akan telah merdeka dari kewajiban puasa.

Memang kegembiraan memasuki suasana Idul Fitri adalah suatu hal yang wajar. Tetapi bagi orang yang meraih muttaqin (predikat taqwa). Kegembiraannya karena telah mampu menyelesaikan ibadah puasa Ramadhan sebulan penuh, dengan harapan semoga puasa yang ditunaikannya mendapat keridhaan dari Allah swt. Dibalik kegembiraan itu muncul pula rasa sedih, karena Ramadhan telah berlalu

serta timbul pula tanda tanya dalam kalbunya apakah mungkin bertemu lagi pada bulan Ramadhan berikutnya. Bagi orang yang merasakan nikmatnya puasa, dan puasa itu adalah kebutuhan , maka tidak mengherankan kalau ada yang berpuasa sunnat enam hari bulan Syawal, dan melaksanakan puasa sunat lainnya.

Dalam bulan Ramadhan yang penuh mubarak ini, seyogyanya kita tidak hanya menunaikan ibadah puasa di siang hari, tapi kualitas rohani dan iman kita perlu ditingkatkan dengan amalan lain, seperti shalat tarawih, tadarrus Alquran, mendengarkan bimbingan rohani Islam melalui ceramah tarawih dan kuliah subuh, atau mendengarkan ceramah agama Islam melalui televisi dan radio, dan lebih baik lagi jika diikuti dengan *i'tiqaf* di masjid.

Dalam melakukan I'tiqaf selain diisi dengan berzikir dan istigfar kepada Allah, maka perlu pula kita ber *tadabbur* (merenung) dan intropeksi diri kita untuk merenung amalan-amalan kita masa yang lalu, apakah bernilai positif atau banyak perbuatan kita yang nilainya negatif.

Dalam perenungan dan istrospeksi diri ini kita harus merefleksi kembali apakah ada perintah Allah yang kita abaikan atau kita lalaikan. Sebaliknya apakah ada larangan Allah yang kita langgar, atau kita lakukan. Dalam bulan Ramadhan inilah kita harus banyak beristigfar dan mohon ampun kepada Allah, dengan perjanjian di dalam bathin kita bahwa tidak akan melakukan lagi hal-hal yang dilarang oleh Allah, serta berjanji pula tidak akan melalaikan perintah segala perintah Allah.

Perbuatan salah atau amalan yang bermuatan dosa adalah sifat manusiawi. Orang baik bukanlah orang yang tidak pernah berbuat dosa, karena tidak ada orang yang *ma'shum* (terjaga) dari kesalahan. Kecuali para Nabi dan Rasul. Akan tetapi orang baik adalah orang yang apabila berbuat salah, dia lekas bertaubat dan beristighfar kepada Allah atas segala kesalahannya.

Dalam Al-Quran dikatakan: "*Dan mohonlah ampun*

kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang " (Annisa' : 106) . Pada ayat lain Allah berfirman: *"Maka Aku katakan (kepada mereka) mohon ampunlah kepada Tuhanmu, sesungguhnya Dia adalah Maha Pengampun"* (Nuh : 10).

Pintu taubat senantiasa terbuka dari Allah, apabila umatnya memang benar-benar berniat mohon ampun dan bertaubat di hadapan Allah. Serta berjanji tidak akan melakukan dosa lagi.

Evaluasi diri kita bukan hanya hubungan kita dengan Allah, tapi harus totalitas pula mengevaluasi diri kita terhadap hubungan sesama manusia. Misalnya saja mungkin waktu kampanye Pemilihan Umum Legislatif ada diantara calon legislative yang mengumbar janji, kalau terpilih akan begini begitu dengan konstituennya. Maka apabila terpilih harus membayar janjinya tersebut, jika tidak berarti kebohongan publik yang dilakukan oleh anggota dewan wakil rakyat yang terhormat itu.

Dalam kegiatan muamalat, misalnya ada transaksi hutang piutang yang dilakukan seseorang dengan orang lain. Jika hutangnya belum dibayar, maka harus berniat untuk melunasi hutangnya tersebut. Dalam pergaulan dengan tetangga terkadang ada perbuatan seseorang yang tidak disadarinya dapat merusak hubungan bertetangga. Misalnya ada orang yang melemparkan sampah dan masuk ke pengarangan tetangga, sehingga tetangga yang punya pekarangan ini menjadi tersinggung. Atau seorang suami yang sering berbohong dengan isterinya, atau sebaliknya seorang isteri manghambur-hamburkan uang yang diberikan suaminya karena hobi berbelanja walaupun barang itu tidak terpakai. Maka dalam puasa Ramadhan ini harus banyak merenung dan tadabbur untuk tidak lagi melakukan kesalahan, baik terhadap tetangga, teman sejawat, maupun antara suami-isteri.

Dengan puasa yang berkualitas dan tadabbur kita evaluasi diri dan menuju pertaubatan yang hakiki kepada

Allah. Rasulullah mengatakan *"Barangsiapa yang berpuasa pada bulan Ramadhan karena iman dan mengharap keridhaan Allah, maka diampuni dosa-dosanya yang telah lalu "* (Hadits Riwayat Bukhari).

Semoga Allah menerima amal ibadah puasa kita, dan mengampuni dosa-dosa kita. *Amin*.***

Bagian Tiga

FUNGSI-FUNGSI PUASA RAMADHAN

1

Puasa Melatih Sabar

Oleh: **FAHRUL RAZI**

MELALUI kewajiban melaksanakan puasa di bulan Ramadhan, Allah SWT menghendaki dengan puasa itu, semoga kita menjadi orang yang bertakwa. Ada anggapan sebagian orang, bahwa tidak mungkin ummat Islam itu sanggup berpuasa dengan menahan lapar dan haus selama satu bulan. Anggap ini dalam realitasnya tidak tepat, terbukti jangankan orang tua, anak kecilpun ada yang sanggup berpuasa (menahan lapar dan haus dalam waktu yang telah ditentukan secara syariat).

Setiap perintah Allah kepada hamba-Nya pasti mengandung hikmah dan manfaat di dalamnya. Allah tidak akan membebani hamba-Nya dengan beban yang tidak mungkin sanggup dipikul oleh hamba-Nya itu. Termasuk di dalamnya perintah melaksanakan ibadah puasa Ramadhan. *"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan*

kemampuannya." (QS. Al- Baqarah: 286)

Diantara hikmah yang dapat diperoleh melalui puasa adalah *melatih dan menimbulkan kesabaran bagi yang mengerjakannya*. Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah dari Abi Hurairah ra Rasulullah SAW bersabda: "Puasa itu adalah separuh sabar"

Ibaratkan kegiatan pembelajaran, puasa adalah proses untuk mencapai tujuan utama dari perintah puasa, yakni "agar menjadi taqwa". Jika dijabarkan lagi dalam tujuan-tujuan khusus (tujuan antara), maka salah satu tujuan khusus yang dilatih dalam proses puasa adalah "agar menjadi orang yang sabar". Jika puasa dilakukan dengan benar sesuai dengan tuntunan agama, maka ia akan melahirkan manusia- manusia yang sabar.

Imam al-Ghazali menegaskan, sabar itu harus dimanifestasikan dalam tiga kondisi, yaitu: Pertama, sabar dalam menaati perintah Allah SWT. *Kedua, sabar dalam menjauhi larangan Allah SWT.* Sabar dalam mengekang hawa nafsu, angkara murka dan nafsu syaithoniyah. Perjuangan untuk sabar ini akan terus berlangsung tanpa henti, seumur hidup kita. Seperti yang pernah diucapkan Nabi Yusuf di dalam Al- Qur'an. Allah SWT berfirman: "Dan aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (QS. Yusuf: 53). Ketiga, Sabar dalam menerima bala, ujian atau penderitaan dari Allah. Allah senantiasa memberikan cobaan kepada kita, seperti sakit, kematian, kekurangan harta, kesukaran hidup, kecelakaan, ejekan atau hinaan orang dan lain- lain.

Tiga macam ujian kesabaran tersebut ada dalam ibadah puasa: Pertama, sabar dalam taat. Karena puasa itu adalah bentuk ketaatan yang membutuhkan kesabaran. Di

pagi hari kita makan sahur, padahal pada hari- hari biasa waktu tersebut masih digunakan untuk tidur. Di siang hari menahan diri dari yang membatalkan ibadah puasa dan dari yang menghapuskan nilai pahala puasa. Tidak boleh makan, minum dan bersenggama suami isteri di siang hari, padahal pada hari-hari biasa larangan itu tidak ada. Ini semua memerlukan kesabaran.

Kedua, sabar dalam menahan ma'siyat. Kita dilatih dengan puasa untuk tidak melakukan perbuatan- perbuatan yang dilarang oleh agama, sebab jika itu dilakukan maka selain berdosa, mungkin dapat membatalkan ibadah puasa. Latihan seperti itu ditunjukkan oleh ibadah puasa selama lebih kurang empat belas jam. Pada saat berpuasa, bukan saja tidak boleh makan dan minum, tetapi juga dari perbuatan-perbuatan yang tercela. Sebagaimana disabdakan oleh Rasulullah SAW.*"Bukanlah puasa itu dari makan dan minum saja, sesungguhnya puasa itu dari perkataan kotor dan caci maki.*" (HR. Ibnu Khuzaimah dari Abi hurairah dari Ibnu "Umar)

Ketiga, sabar dalam menerima penderitaan. Inipun ada di dalam ibadah puasa. Puasa itu berat; Lapar dan dahaga di siang hari. Tenaga menjadi lemah, semangat pun menjadi berkurang, berat badanpun menjadi menurun. Ini semua adalah latihan. Tanpa latihan seperti ini, iman kita tidak akan tangguh dalam menghadapi problematika hidup yang semakin membesar dan tantangan zaman yang semakin keras.

Lengkaplah kiranya bahwa ibadah puasa itu dapat melatih kesabaran bagi orang- orang yang melaksanakannya. Allah SWT menjanjikan balasan bagi orang- orang yang sabar."Bahwasanya orang- orang yang sabar (disempurnakan) pahalanya tanpa batas." (QS. Az- Zumar: 10)

Mari kita berupaya untuk meningkatkan kualitas ibadah

puasa pada tahun ini, agar memperoleh hikmah dan pelajaran yang baik serta berguna bagi kehidupan kita. Semoga Allah SWT memberikan kekuatan lahir dan bathin kepada kita untuk dapat melaksanakan tugas dan kewajiban kita, *amin*.***

2

Puasa Ramadhan Meningkatkan Komunikasi Keluarga

Oleh: **EVI HAFIZAH**

SETIAP tahun umat muslim selalu melaksanakan ibadah puasa di bulan Ramadhan. Puasa adalah ibadah yang wajib dikerjakan oleh umat muslim yaitu orang Islam yang sudah baligh, yang berakal (sehat akalnya, tidak sedang hilang akal/lupa), sehat badannya, tidak sedang bersafar (bepergian jauh). Hal ini dijelaskan dalam Al-Quran Surah albaqarah (2) ayat 183-185.

Pengertian puasa adalah menahan diri dari segala perbuatan yang membatalkan puasa (misalnya: makan, minum, muntah dengan sengaja, hubungan suami istri, onani dll) sejak terbit fajar hingga matahari terbenam. Puasa ramadhan termasuk salah satu rukun Islam.

Setiap umat muslim yang menjalankan ibadah puasa di bulan ramadhan melakukan *"sahur dan berbuka puasa"*.

Makan Sahur biasanya dilakukan pada saat malam atau pagi hari sebelum terbit fajar atau sebelum memasuki waktu subuh sebagai bekal untuk mennjalankan puasa ramadhan pada esok harinya. Sedangkan berbuka puasa adalah sebutan untuk sebuah pekerjaaan membatalkan puasa pada waktu magrib yang dilakukan dengan makan dan minum secara halal dan secukupnya dengan sunnah-sunnah yang telah ditentukan.

Pada saat sahur dan berbuka puasa inilah seluruh keluarga dapat berkumpul dirumah untuk melakukannya secara bersama-sama. Waktu berkumpul pada saat sahur dan berbuka ini dapat dimanfaatkan oleh keluarga untuk saling berbagi dan menjalin keakraban antar anggota keluarga. Puasa ramadhan ini dapat meningkatkan komunikasi antar anggota keluarga, dimana pada hari-hari biasa setiap anggota keluarga biasanya sibuk dengan pekerjaan mereka masing-masing sehingga sedikit sekali waktu mereka untuk berkumpul bersama. Selain itu pada bulan ramadhan ini semua anggota keluarga bisa melakukan sholat berjamaah pada waktu sholat magrib, isya dan tarawih. Moment ini bisa menumbuhkan rasa kebersamaan antar anggota keluarga.

Keluarga merupakan kelompok sosial pertama dalam kehidupan manusia dimana ia belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial, dalam interaksi dengan kelompoknya (Kurniadi, 2001:271). Dalam keluarga yang sesungguhnya, komunikasi merupakan sesuatu yang harus dibina, sehingga anggota keluarga merasakan ikatan yang dalam serta saling membutuhkan. Keluarga merupakan kelompok primer paling penting dalam masyarakat, yang terbentuk dari hubungan laki-laki dan perempuan (ayah dan ibu), hubungan ini berlangsung lama untuk membimbing dan membesarkan anak-anak. Keluarga dalam bentuk yang murni merupakan kesatuan sosial yang terdiri dari ayah, ibu

dan anak-anak (Murdok dalam Dloyana, 1995 : 11).

Komunikasi keluarga adalah suatu pengorganisasian yang menggunakan kata-kata, sikap tubuh *(gesture)*, intonasi suara, tindakan untuk menciptakan harapan image, ungkapan perasaan serta saling membagi pengertian (Rae Sedwig dalam Achdiat, 1997 :30). Tujuan dari komunikasi keluarga ini adalah memprakarsai dan memelihara interaksi antar satu anggota dengan anggota lainnya sehingga tercipta komunikasi yang efektif.

Komunikasi dalam keluarga juga dapat diartikan sebagai kesiapan membicarakan dengan terbuka setiap hal dalam keluarga baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan, juga siap menyelesaikan masalah-masalah dalam keluarga dengan pembicaraan yang dijalani dengan kesabaran dan kejujuran serta keterbukaan (Friendly, 2002 : 1).

Kebersamaan yang dirasakan oleh semua anggota keluarga dalam menunaikan ibadah puasa ramadhan ini tentunya dapat memberikan keleluasaan pada anggota keluarga untuk membicarakan hal-hal yang terjadi pada setiap individu, komunikasi yang dijalin merupakan komunikasi yang dapat memberikan suatu hal yang dapat diberikan kepada setiap anggota keluarga lainnya. Dengan adanya komunikasi, permasalahan yang terjadi diantara anggota keluarga dapat dibicarakan dengan mengambil solusi terbaik. Komunikasi dalam keluarga sangatlah penting untuk menciptakan keharmonisan didalam keluarga tersebut.***

3

Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Ibadah Puasa

Oleh: **RUSNILA HAMID**

"HAI orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa". (QS. Al-Baqarah: 183)

Puasa berimplikasi menahan diri. Dilihat dari kaidah fiqih, puasa didefinisikan dengan menahan diri dari segala hal yang membatalkan puasa seperti makan, minum, bersenggama dan lainnya dari mulai terbit fajar sampai terbenamnya matahari. Menghentikan rutinitas makan, minum dan apapun yang halal pada siang hari adalah praktek minimal dari puasa.

Puasa Ramadhan ternyata bukan hanya dibatasi pada rutinitas lahiriah, seperti tersebut diatas, tapi juga aktifitas batiniah yaitu upaya menahan diri dari menahan nafsu yang negatif. Orang yang dapat menahan marah –misalnya–

disebut orang yang berpuasa. Dan tampaknya, makna terakhir inilah yang pengertian puasa yang subtantif yang akan memberi implikasi pada transformasi sosial. Sebaliknya Banyak orang yang berpuasa tetapi tidak mendapatkan apa-apa selain lapar dan dahaga saja. Puasa mengandung nilai pendidikan dasar dan implikasi semangat dan prilaku yang "sangat dahsyat" dengan sabda Nabi yang berbunyi; "Barang siapa yang tidak meninggalkan perkataan palsu atau kotor, maka Allah tidak peduli bahwa orang itu tidak makan dan tidak minum (*dalam arti puasa*)". [HR. Muslim]

Nilai pendidikan puasa tetap *up to date*, dan dapat diterapkan dalam kehidupan modern. Puasa merupakan salah satu ekspresi dari orang yang bukan hanya cerdas secara spiritual, tetapi juga secara emosional. Puasa akan membentuk karakter/kepribadian pelakunya dan membingkainya dalam perilaku positif seperti sabar, empatik terhadap sesama, memiliki *social skill* dan lain-lain. Karakter orang yang puasa dapat memupuk sikap optimis dan ketehanan pribadi dan keluarga.

Puasa sangat dikenal dalam ajaran agama apapun . Terlebih dalam Ajaran Islam merupakan syariat semua Rasul sejak Adam hingga Muhammad SAW, karena puasa merupakan simpul penghubung kesinambungan ajaran universal Allah. Puasa mengandung visi kesuksesan yang selalu diemban oleh para Nabi. Puasa bukan hanya dimiliki dan menjadi tradisi agama-agama tetapi juga menjadi fenomana kemanusiaan universal sepanjang sejarah. Hal ini seperti yang tersirat dalam penggunaan kalimat pasif dalam ayat (*kutiba*) dengan tanpa disertai penjelasan mengenai siapa yang diwajibkan. Walaupun perintah Allah tentang kewajiban berpuasa tidak sampai kepadanya, banyak perilaku dan peristiwa yang mendorong manusia untuk berpuasa. Tanpa motivasi agama seperti agar lebih cantik,

langsing, sehat dan lainnya, banyak orang melakukannya. Nilai esensial puasa adalah '*pengendalian diri*' yang diperlukan oleh semua manusia baik secara pribadi, keluarga maupun masyarakat, baik untuk kepentingan pribadi maupun kepentingan bersama.

Ibadah puasa tidak sebagaimana ibadah lainnya seperti shalat, zakat dan haji yang lebih berdimensi lahiriah dan bersifat terbuka. Puasa lebih berdimensi personal dan batin, karena itu pada dasarnya tidak ada yang tahu bahwa seseorang itu berpuasa kecuali Allah dan pelakunya. Dalam hadits qudsi disebutkan bahwa:*"puasa adalah untukku dan Akulah yang menanggung pahalanya"* dan hadits yang menjelaskan agar orang yang sedang berpuasa memberitahu kepada orang lain ketika ia dimarahi dengan mengatakan: "*inni shaimun*". Dengan posisinya yang demikian itu, puasa dapat menjadi pilar atau basis pembentukan mental yang strategis bagi pelakunya sehingga menjadi orang yang berkarakter baik sebagaimana fitrahnya yaitu jujur dengan tanpa kontrol dari orang lain. Puasa sering diidentikkan sebagai sebuah gerakan yang mengarah pada *back to basic* yang berujung pada *'id al-fithri* (kembali ke fitrah) dan *syawwal* yang berarti menaiki grafik standar kebaikannya. Puasa yang tidak berujung pada hal itu, patut diragukan keberhasilannya.

Nilai Puasa sangat diperlukan proses latihan atau pendidikan secara berkeseimbangan, berkesinambungan, , teratur, mengikuti prosedur tertentu sehingga memiliki nilai transformatif. Jangka waktu pelaksanaan ibadah puasa Ramadhan didesain selama satu bulan supaya menimbulkan efek positif dan mencapai sasaran yang diinginkan, yaitu taqwa. Allah memastikan seseorang akan mencapai derajat taqwa dengan syarat ia benar-benar menjalankan puasa sesuai Qaidah (prosedural). Prosedur tersebut dalam hadis

Rasululah saw disebut dengan *Imanan* (dilakukan dengan penuh kesadaran, taat, ikhlas karena Allah swt) dan *ihtisaban* (memelihara puasa dari hal yang membatalkan dan merusak pahalanya).

Nilai taqwa dimaknai dengan kondisi jiwa seseorang yang penuh dengan kesadaran akan kehadiran Allah swt yang Maha Mengetahui segenap aktifitasnya,dimana saja dan kapan saja, sehingga mendorong dirinya untuk selalu patuh dan taat menjalankan segala perintah dan menjauhi laranganNya. Taqwa bersifat pribadi. Untuk itu hanya yang bersangkutanlah yang dapat mengukur kadar taqwa dirinya.

Ibadah puasa menjadi sarana efektif penanaman sekaligus pengaplikasian nilai-nilai pendidikan Islam. Beberapa nilai-nilai pendidikan penting yang bisa digali dari pelaksanaan ibadah puasa diantaranya: *pertama*, puasa melatih dan menahan serta mengendalikan diri. Karakter ini sangat dibutuhkan dalam semua tuntutan profesi bukan hanya untuk pejabat, rakyat, pelajar, guru,pegawai, pengusaha, dan sebagainya. Jika karakter ini sudah tertanam dan tumbuh subur dalam setiap pribadi bangsa, setidaknya akan meminimalkan praktek korupsi, kolusi, nepotisme, suap, dan praktek-praktek tercela lainnya.

Kedua, Puasa menempa dan menggembleng seseorang untuk sabar, peduli akan sesama, rajin, tekun dalam beribadah dan aktivitas positif lainnya, disiplin dan peneladanan sifat-sifat terpuji lainnya. Karakter sabar penuntun ke perubahan dan perbaikan dan disiplin; sangat penting perannya guna membawa bangsa maju dan modern dan bahkan menjadi terapi krisis pribadi, keluarga dan kebangsaan. Sikap sabar dan tabah, lapang dada menjadi karakter pribadi /bangsa untuk menemukan titik keberhasilan.

Ketiga, puasa menempa kepekaan (*sense of responsibility)* sensibilitas dan tanggung jawab sosial maupun

pribadi. Hikmah puasa adalah penanaman solidaritas sosial dengan anjuran berlomba-lomba dalam berbuat kebaikan , terutama dalam bentuk tindakan menolong beban fakir miskin. Nilai puasa akan sangat konsturktif menjadi karakter bangsa yang patut dibudayakan. solidaritas menjadi bukti menyatunya keimanan dan amal saleh (perbuatan kebajikan).

Keempat, Ibadah Ramadhan mempererat dan memperkokoh persaudaraan, senasip-sepenanggungan, mencintai dan menyayangi keluarga,memakmurkan tempat-tempat ibadah dan sebagainya. Satu sisi Puasa menjadi pendorong untuk latihan produktif, sebab orang yang berpuasa terhindar dari jeratan hal-hal yang sifatnya temporer, dan instan (*captive of here and now*). Sisi lain Puasa berimplikasi pada efisiensi produktif dan pengurangan sikap *komsumtif-permissif*, baik ketika Ramadhan maupun sesudahnya.***

4

Puasa dan Kesehatan Jasmani

Oleh: **MANSUR**

PUASA merupakan wadah latihan pemberdayaan hidup manusia yang beriman. Hal ini dapat kita lihat dari pengertian puasa secara *lughawi* (bahasa) puasa adalah usaha menahan diri dari segala sesuatu secara mutlak dapat membatalkan puasa, dan pengertian puasa menurut *syar'i* (hukum) puasa adalah usaha menahan diri dari makan, minum dan bersetubuh pada siang hari di sertai niat yang kuat.

Ibadah puasa mempunyai banyak hikmah bagi kehidupan manusia, baik jasmani maupun rohani, Hal ini dikarenakan Puasa merupakan sarana bagi Umat Islam untuk mencapai derajat taqwa, disamping juga berfungsi sebagai sarana pendidikan dan latihan untuk dapat menerima, menghayati , mengendalikan diri dan mengamalkan nilai-nilai moral sesuai dengan perintah Allah SWT.

Pada kesempatan kali ini penulis akan memfokuskan

pembahasan manfaat puasa ditinjau dari segi kesehatan, karena Puasa mempunyai manfaat yang sangat besar bagi kesehatan tubuh manusia . Manfaat ini hanya diperoleh tubuh kita pada saan menjalankan Ibadah Puasa dan tidak akan kita peroleh kalau kita sedang tidak menjalani puasa. Apa saja keuntungan Puasa untuk kesehatan tubuh kita dapat dilihat pada paparan berikut ini:

Pertama, Penyerapan Gizi makanan meningkat dari 35 % menjadi 85%. Pada saat melakukan puasa maka sumber energi pada tubuh kita diambil dari cadangan energi yang disimpan dalam tubuh , yang berasal dari kelebiha konsumsi yang dipergunakan sebelumnya. Cadangan energi ini disimpan dalam otot berupa glikogen otot, dalam hati berupa glikogen hati dan sebagian lagi sebagai lemak. Cadangan energi yang pertama-tama digunakan bila sedang berpuasa adalah cadangan energi yang berasal dari glikogen otot. Cadangan energi tersebut dapat bertahan 24 – 28 jam di dalam tubuh. Bila cadangan energi dari glikogen otot telah habis teroksidasi menjadi sumber tenaga, maka gula dalam darah akan menurun. Untuk mengatasi itu, hormon adrenalin akan segera mengubah glikogen hati menjadi gula darah. Selanjutnya bila glikogen hati telah habis teroksidasi, maka sasaran terakhir adalah cadangan lemak dan protein tubuh. Karena lama berpuasa hanya kurang dari 14 jam maka cadangan energi masih cukup untuk melakukan aktivitas.

Kedua, Memberi kesempatan beristirahat bagi sistem pencernaan tubuh kita dari seluruh kegiatan mencerna makanan dan minuman. Puasa membuat pola makan berubah, sehingga membuat tubuh melakukan detoksifikasi (proses pengeluaran racun secara menyeluruh), dan mengambil energi dari cadangan lemak. Puasa pada dasarnya membuat tubuh kita lebih sehat. Dimana dengan berpuasa berarti kita sudah memberikan waktu bagi tubuh kita dalam

meremajakan sel-sel tubuh serta meningkatkan fungsi organ tubuh yang sudah digunakan terus menerus selama 11 bulan. Karena selama berpuasa pembentukan zat-zat sisa, yaitu radikal bebas dan sisa-sisa proses metabolisme yang dapat mengakibatkan sel aus dan mati serta mengakibatkan penyakit akan dikeluarkan dari tubuh, sehingga sel-sel menjadi sehat dan muda kembali.

Ketiga, Menyelamatkan penderita diabetes, tekanan darah rendah, radang sendi, kencing batu dari kelebihan makanan tertentu yang menyebabkan penyakit tersebut. Puasa dapat mengurangi penyakit diabetes tipe 2, dengan puasa kita mengurangi konsumsi kalori secara fisiologis akan mengurangi sekresi horman insulin dan menurunkan kadar gula darah. Hal ini akan meningkatkan sensitivitas hormon insulin dalam menormalkan kadar gula darah. Bagi penderita Tekanan darah Tinggi ringan sampai sedang, terutama yang disertai kelebihan berat badan dianjurkan untuk berpuasa, karena dengan berpuasa dapat menurunkan tekanan darah. Akan tetapi bagi penderita hipertensi berat atau penderrita sakit jantung diharapkan tidak berpuasa sama sekali. Radang sendi terjadi akibat kelebihan asam urat yang disebabkan terlalu sering mengkonsumsi daging, sehingga tubuh tidak mampu mengurai seluruh jenis protein daging, oleh karena itu tubuh akan kelebihan purine yang menumpuk, terutama pada sendi sendi besar khusunya persendian jari-jari kaki, untuk yang asam urat tinggi dalam darah akan masuk dan mengendap di dalam ginjal akhirnya mengkristal dan menjadi batu ginjal atau batu saluran kencing, dengan puasa pola makan kita menjadi teratur dan sehat.

Keempat, Manfaat lainnya puasa juga bermanfaat pada rejuvensi yaitu peremajaan kulit dan organ tubuh, serta memperpanjang harapan hidup, karena dengan berpuasa metabolisme lebih rendah, produksi protein lebih

efisien, serta meningkatkannya sistem kekebalan tubuh dan akan memperbaiki produksi hormon, semua ini akan berkontribusi terhadap kesehatan secara umum, sedang secara khususnya keseimbagan hormon pada tubuh kita dapat mencegah penuaan dan akan membuat orang awet muda.

Selain manfaat puasa diatas, agar puasa kita dapat berjalan lancar pada Ramadan tahun ini, ada beberapa hal yang perlu kita perhatikan agar kita terhindar dari gangguan pencernaan pada saat puasa. sebagaimana dikatakan oleh Dokter spesialis penyakit dalam Ari Fahrial Syam yang bertugas di RS Cipto Mangunkusumo ada hal-hal yang perlu diperhatikan bagi yang ingin berpuasa agar tak mengalami masalah pencernaan atau bagi yang mempunyai penyakit kronis pada pencernaan yakni: (1) Dengan cara penuhi gizi seimbang dengan makanan bervariasi dan tidak melewatkan sahur serta menyegerakan berbuka. (2) Minum air putih yang banyak serta mengunyah makanan lebih lama, itu bagus untuk pencernaan. (3) Mengonsumsi minuman yang mengandung probiotik merupakan salah satu cara untuk melancarkan sistem pencernaan dalam tubuh. Probiotik mengandung mikroorganisme hidup yang bekerja meningkatkan kesehatan dengan cara menjaga dan memperbaiki keseimbangan flora dalam usus ketika dicerna. (4) Menghindari makan yang berlebihan porsinya, terutama pada saat berbuka puasa. Kecuali porsi yang diperbanyak adalah buah dan sayur, tak mengapa. Hindari makanan dan minuman yang banyak mengandung gas dan terlalu banyak serat. (5) Sebaiknya, berbuka tidak langsung makan besar agar perut tidak kaget. Paling bagus, adalah berbuka dengan air putih yang sesuai dengan suhu tubuh, kemudian mengonsumsi makanan manis agar energi cepat pulih. “Setelah itu, rileks sebentar, bisa diisi dengan shalat

Maghrib, kemudian baru makan besar. (6) Agar terhindar dari nyeri ulu hati karena asam lambung meningkat, sebaiknya hindari mengonsumsi makanan yang sulit dicerna sehingga memperlambat pengosongan lambung. Misalnya, makanan berlemak, makanan yang digoreng, cokelat, dan keju. Makanan-makanan ini dapat menyebabkan peningkatan peregangan di lambung yang akhirnya dapat meningkatkan asam lambung. Jenis makanan tersebut bisa melemahkan klep kerongkongan bawah yang menyebabkan cairan lambung dapat naik ke kerongkongan. "Bisa membuat mual dan muntah.***

5

Puasa Melatih Kesabaran

Oleh: **FAUZIAH**

KESABARAN, sebauah kata yang sering kali kita ucapakan, kata yang menjadi penghibur hati, saat deburan masalah dan cobaan menghampiri. Sebuah Kata yang menjadi penenang jiwa saat gundah gulana melanda adalah sabar.

Sabar adalah menendalikan diri dari hal-hal yang buruk dan tidak terpuji, Dan salah satu sikap terpuji yang dimilki oleh orang-orang yang beriman dan bertaqwa, dalam Al-Qur'an, surat Al-baqarah ayat 153; "jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu, sesungguhnyaAllah beserta orang –orang yang sabar".

Kesabaran adalah kunci dalam kesuksesan, karena dengn kesabaran seorang dapat menolong dirinya dari sifat-sifat pemarah, serakah, tamak, irihati dan takabur. Munculnya semua sikap/perilaku yang buruk ini karena manusia tidak mampu mengontrol dirinya untuk besikap sabar. Melalui

sikap sabar seseorang dapat menahan amarahnya, tidak berlebih-lebihan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, dan terhindar dari sifat iri hati atau membenci orang lain karena kesuksesannya. Inilah yang dimaknai dalam ayat tersebut sebagai penolong bagi orang-orang beriman yang ingin mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Ada berbagai kesabaran yang diperintahkan dalam islam, sabar dalam menuntut ilmu, sabar dalam beribadah, sabar dalam bekerja, sabar dalam keluarga dan sabar dalam mendidik anak srta sabar dalam menjalani musibah atau cobaan yang menerpa kehidupannya. "*Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang –orang yang sabar*" (Al-Baqarah: 155).

Dalam Islam sabar dimaknai sebagai sikap yang tabah, tahan uji dan ulet dalam usaha menyelesaikan masalah serta mampu mengendalikan/ menahan diri dalam menghadapi cobaan dan perbuatan yang buruk untuk mendapatkan kesenangan secara berlebih-lebihan.

Rasulullah SAW bersabda dalam salah satu hadist yang diriwayatkan oleh HR. Muslim: *'Dari Abu yahya Shuhaib bin Sinan ra, ia berkata, Rasulullah SAW bersabda; "sangat menakjubkan bagi orang mukmin, apabila segala urusannya sangat baik baginya, dan itu tidak akan terjadi bagi seorang yang beriman, kecuali apabila mendapat kesenangan ia bersyukur, maka yang demikian itu sangat baik, dan apabila ia tetimpa kesusahan ia bersabar, makayang demikian itu sangat baik baginya*". Dalam surah Az-Zumar: 10, Allah berfirman "*Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas*".

Lantas bagaimana hubungannya dengan kesabaran?. Kesabaran adlah salah satu ciri utama ketaqwaan

seseorang pada Allah,dan sabar bukanlah sikap pasrah dalam menghadapi sesuatu, melainkan suatu sikap yang menunjukkan keuletan dan kekuatan diri melakukan berbagai upaya positif dalam menyikapi permasalahan yang dihadapi dengan meyakini nya sebagai bentuk dari cobaan/ ujian yang akan memberikan hikmah/kebaikan dalam kehidupannya dengan selalu memohon kekuatan Allah untuk tidak terpengaruh melakukan hal-hal yang buruk.

Kesabaran/sikap sabar dapat dilatih dan dibentuk melalui puasa, karena dengan berpuasa akan melatih seseorang untuk mengenadalikan diri dari perbuatan yang buruk dan menjadikannya memliki sikap rendah diri, *tawadhu, ta'awun*/penolong, sederhana, tidak berlebih-lebihan dan empati/kepudulian pada orang lain.***

6
Puasa, Pilar Menuju Hidup Berprestasi di Era Globalisasi

Oleh: **ARIEF SUKINO**

SAAT ini kita merasakan bahwa modernisasi telah menimbulkan kecemasan, keterasingan, kekerasan, egoisme dan juga depresi, tetapi semangat hidup manusia tak dapat ditekan dan juga mendatangkan problem-problem kemanusiaan yang lain dihampir seluruh belahan dunia. Sekarang ini, tidak jarang kita temui seorang hartawan yang dibenci masyarakat, orang yang memiliki gelar kesarjanaan yang justru tidak dihormati di tengah-tengah masyarakat. Realitas seperti ini menimbulkan kesadaran bagi kita bahwa keberhasilan (kesuksesan), tidak semata-mata dipengaruhi oleh kemampuan rasio atau keberhasilan finansial, melainkan ada hal lain yang terpenting dalam kehidupan manusia sebagai individu maupun sebagai makhluk social yakni kecerdasan emosional. Untuk itulah kita perlu menuju jalan yang dapat mewujudkan keberhasilan

tersebut.

Allah SWT.menjadikan ritual puasa bagi umat Islam sebagai peribadatan yang sifatnya rutin, terjadi terus menerus setiap setahun sekali. Umat Islam wajib melaksanakan puasa sebagai perintah Agama. "*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu untuk berpuasa sebagaimana telah diwajibkan kepada orang-orang sebelum kamu agar kamu menjadi orang yang bertaqwa*."(QS. Al Baqarah 183).

Inti perintah untuk menjalankan ibadah bagi umat Islam adalah pengendalian diri atau *self control*. Pengendalian diri menjadi komponen utama bagi upaya perwujudan ji wa yang sehat. Dalam perspektif psikologi dan kesehatan mental, kemampuan mengendalikan diri merupakan indikasi utama sehat tidaknya kehidupan rohaniah seseorang.. Orang yang sehat secara kejiwaan akan memiliki tingkat kemampuan pengendalian diri yang baik, sehingga terhindar dari berbagai gangguan jiwa ringan apalagi yang berat. Manakala pengendalian diri seseorang terganggu, maka akan timbul berbagai-reaksi-reaksi pathologis dalam kehidupan alam pikir (*cognition*), alam perasaan (*affection*) dan perilaku (*psikomotorik*). Bila hal ini terjadi maka akan terjadi hubungan yang tidak harmonis antara diri individu dengan dirinya sendiri (konflik internal) dan juga dengan orang lain yang ada di sekitarnya. Dengan demikian maka orang yang jiwanya tidak sehat keberadaannya akan sangat mengganggu dirinya sendiri, juga menganggu lingkungan sekitarnya.

Benang Merah antara Puasa dengan Hidup Berprestasi

Dalam upaya meraih cita-cita dan keberhasilan dalam hidup dengan memiliki IQ tinggi, pendidikan tinggi, serta gelar saja tidaklah cukup masih banyak hal-hal lain yang menjadi faktor pendukung bahkan menjadi penentu

dalam mencapai kesuksesan, salah satunya adalah dengan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional mutlak diperlukan sebagai penyeimbang antara pikiran dan emosi. Dengan perpaduan yang baik antara kognisi dan emosi akan memunculkan suatu pengendalian diri, instropeksi, kreatifitas, manajemen diri, komitmen, kemampuan untuk memahami keinginan dan perasaan diri sendiri maupun orang lain, serta memiliki motivasi yang tinggi untuk lebih berprestasi. Banyak hal yang dapat dilakukan dalam upaya mengasah dan meningkatkan kecerdasan emosional.

Islam memerintahkan puasa sebagai suatu pelatihan yang bersifat sepanjang waktu dan dapat dilakukan selama puasa tersebut dilakukan dengan keihlasan dan kesadaran diri. Dari uraian di atas, penulis tertarik untuk mengulas betapa pentingnya puasa itu menjadi pilar hidup berprestasi di dunia dan akhkirat.

Menurut hemat peneliti bahwa puasa itu berafiliasi secara struktural di dalam jiwa manusia hal ini dapat dibuktikan bahwa puasa itu berefek positif terhadap:

Pertama, Iman yang kuat kepada Allah Swt sebagai modal yang amat fundamental dalam menjalani kehidupan ini.

Kedua, Pengenalan diri yang akurat (*self-awarenes*) yakni kemampuan mengenali emosi yang secara laten dan dapat menginformasikan rencana tindakan dalam hati. Penguasaan diri kemampuan kita dalam mengontrol bisikan untuk melakukan tindakan dan tidak diatur oleh hawa nafsu. Ia juga akan senantiasa berpikir positif terhadap hal-hal yang belum diketahuinya secara pasti.hal ini akan membuka ruang untuk mengambil langkah yang jitu. Nabi Muhammad ternyata menyadari betul bahwa tidak ada masalah yang bisa diselesaikan melalui cara-cara yang emosional. Menentukan

program kerja dan memutuskan suatu perkara haruslah tenang disertai jiwa yang selalu memohon petunjuk-Nya. Sifat dan perilaku seperti itu tercermin dalam konsep sabar. Itulah sebabnya Allah menempatkan orang-orang sabar sebagai pihak komunitas yang senantiasa bersama-Nya (Q.s. Al-Anfal/8:46).

Ketiga, Motivasi diri (*self motivation*) sebagai kemampuan seseorang dapat bangkit dari apa yang telah menjadikan dirinya belum berhasil. Kemampuan untuk mencari solusi untuk memperbaiki diri agar berhasil di kemudian hari. "Sesungguhnya di balik kesusahan selalu ada kemudahan" (Q.s. Alinsyrah/94:6). Sikap, pikiran dan pandangan seperti ini disertai dengan optimalisasi ikhtiar dan permohonan kepada Allah. *La taqnatu min rahmat Allah*, demikian firman Allah (Q.s. Al-Zumar/39:53). Namun demikian bagi orang yang belum taat dan memperoleh hikmah puasa tentu sulit untuk bangkit dan memperbaiki diri.

Keempat, *Self-empaty* (Kemampuan untuk mengenali perasaan orang lain dan merasakan apa yang orang lain rasakan jika dirinya pada posisi itu). Tentunya ini juga dilakukan secara ikhlas karenai khlas adalah dasar pengabdian bagi seluruh aktifitas. Ada banyak orang putus asa dalam hidup ini, karena setiap melakukan sesuatu hanya ingin memperoleh materi dan pujian dari sesamanya. Perintah ikhlas menjadi penekanan penting dari Allah sebagai dasar motivasi untuk melakukan amal perbuatan (Q.s. Al-Mu'min/40:14).

Kelima, Hubungan yang efektif (*effective relationship*) atas dasar empat hal tersebut orang akan mampu berkomunikasi secara efektif, ia akan mampu bekerja sama untuk menyelesaikan masalah secara bijak. Untuk sampaipada alam tersebut tentu kita harus memiliki sikap

sopan santun, tatakrama. Salah satu kata kunci yang dapat kita peroleh dari keberhasilan Nabi Muhammad memimpin umatnya ialah karena akhlaqnya.

Keenam, *Sikap Ridla* adalah sikap yang hanya mengharapkan segala sesuatunya dari Allah, sebab disadari bahwa itulah yang paling tinggi maknanya dalam kehidupan ini. Jika ridla Allah telah dicapai oleh seseorang maka ia memperoleh anugerah yang tiada lagi tara bandingan nilainya.

Terakhir penulis sampaikan bahwa menuju hidup penuh prestasi bukanlah sulit bagi hamba yang taat beribadah termasuklah ibadah puasa ramadhan. Mari kita mulai kembali tahun ini untuk menunaikan ibadah puasa dengan keikhlasan agar kelak keberkahan berlimpah seiring dengan meningkatnya kualitas pribadi yang *rahmatan lil'alamin*.***

7

Puasa dan Dakwah

Oleh: **MUH. GITOSAROSO**

PUASA ramadhan diwajibkan atas setiap mukallaf yang beriman dengan tujuan mulia untuk meningkatkan kwalitas kehidupan, kepuncak kehidupan rohaniah yang paling tinggi dan mulia dalam pandangan Allah SWT, dengan sebutan *Muttaqin*, orang yang bertaqwa (QS. Al-Baqarah : 183). Orang yang paling mulia di sisi Allah adalah orang yang paling taqwa (QS.Al Hujurat : 13). Orang yang bertaqwa itu senantiasa mendapat bimbingan, petunjuk dan arahan dari Tuhan, di dalam penghidupan dan perjuangannya dan dijamin oleh Allah akan memperoleh kemenangan. (QS. Al Jatsiyah : 19).

Puasa sebagai salah satu sarana menjadi taqwa. Puasa yang dikehendaki oleh Islam itu ialah untuk membentuk pribadi luhur dengan akhlak yang terpuji dan sanggup

meninggalkan larangan-larangan Allah SWT secara sadar dan penuh keinsyafan. Orang taqwa buah dari berpuasa akan selalu berkata benar, bertindak jujur dan adil serta bermanfaat untuk sesama..

Ibadah puasa mendidik seseorang terus menerus untuk sanggup menghadapi seribu satu persoalan dan beraneka macam problematik hidup baik dalam bulan Ramadhan dan bulan-bulan lainnya, agar tidak melanggar ketentuan dan larangan Allah SWT. Orang yang bertaqwa merasa terawasi oleh sesuatu di dalam bathinnya sendiri, sehingga tidak akan berbuat kejahatan dan dosa.

Imam al-Ghazali mengatakan bahwa berpuasa adalah meniru kehidupan malaikat dalam hal mengurangkan dan mengendalikan kepuasan nafsu syahwat. Jadi motivasi puasa dalam Islam adalah semata-mata ingin memperoleh ridha Allah, dengan tujuan akhir menjadi orang yang bertaqwa.

Sedangkan dakwah sebagaimana kita ketahui secara sederhana adalah kewajiban untuk menyampaikan apa yang diterima dari Rasulullah SAW walaupun hanya satu ayat: "*ballighu anni walau ayat*" inilah yang membuat kegiatan atau aktifitas dakwah boleh dan harus dilakukan oleh siapa saja yang mempunyai rasa panggilan untuk menyebarkan nilai-nilai Islam. Hal ini ditegaskan oleh Allah SWT dalam surah Ali-Imran ayat 104: "*Dan hendaklah ada diantara kamu, satu golongan yang mengajak (manusia) kepada kebaikan dan menyuruh mereka melakukan yang baik dan mencegah mereka dari perbuatan mungkar dan mereka itulah orang-orang yang berhasil*."

Untuk itu dakwah harus dikemas dengan cara dan metode yang tepat dan pas. Dakwah harus terampil secara aktual, faktual dan kontektual. Aktual artinya mampu memecahkan masalah yang hangat di tengah masyarakat. Faktual dalam arti konkrit dan nyata, kontektual dalam

arti relevan menyangkut problem yang sedang dihadapi masyarakat. Oleh karena itu ada cara yang tepat untuk menyampaikan sehingga dakwah akan mendapat respon baik dan sebagai bagian strategis dari kegiatan dakwah itu sendiri.

Puasa dan dakwah, dua hal pokok ini tidak dapat terpisahkan dalam kehidupan seorang Mukmin karena disebabkan oleh nilai yang paling dasar dan hakiki, yakni keyakinan yang kuat atau iman. Perintah puasa itu hanya bagi orang-orang yang beriman saja. Dalam kaitannya dengan dakwah berarti orang yang puasa adalah jelas orang yang beriman dan orang yang berdakwah atau yang terpanggil untuk berdakwah tentu orang yang punya keimanan yang kuat kepada Rabbnya. Orang yang berpuasa berarti muslim yang memiliki kemampuan menyesuaikan dirinya untuk melaksanakan perintah yang telah diamanahkan Tuhan kepadanya. Selain itu orang yang berpuasa juga memiliki kemampuan untuk menyesuaikan dengan orang lain, dan keterpanggilan nuraninya untuk mengajak saudaranya bersama-sama menikmati keindahan dan kedahsyatan bulan yang penuh keberkahan dan ampunan ini yaitu bulan Ramadhan.

Mereka mengajak saudaranya untuk beramar ma'ruf nahi munkar, memperbanyak sedekah, berinfaq, membantu fakir miskin dan juga merasakan "kedahsyatan"lapar dan dahaga orang fakir dan miskin karena ketidak mampuan secara materi. Selain itu juga, orang yang berpuasa berarti memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap TuhanNya, bahwa ia sadar sebagai hamba yang harus taat dan tetap dalam ketaatan walau harus berjuang dengan ujian dan cobaan yang dalam konteks puasa berjuang tidak makan, tidak minum dan tidak melakukan hal- hal yang dapat membatalkan ibadah puasa. Dakwah juga

tidak berbeda dengan nilai puasa itu sendiri, puasa yaitu perjuangan menahan syahwat dengan perjuangan menahan lapar dan dahaga, sedangkan dakwah itu sendiri perjuangan menegakkan agama Allah di muka bumi dengan berbagai rintangan dan cobaan yang dahsyat, perjuangan dakwah dari berupa kata atau kalimat penyampaian, tindakan, waktu, tenaga bahkan nyawa. Orang yang terdidik dengan tarbiyah puasa dengan ikhlas tersebut akan secara otomatis akan siap menjadi aktivis dakwah di muka bumi ini. Dengan demikian orang yang memiliki kemampuan menyesuaikan dirinya, dengan orang lain bahkan dengan TuhanNya melalui puasa adalah orang yang siap melaksanakan perintah Tuhannya dalam berdakwah, mengajak manusia kejalan yang lurus, jalan terbaik menjadi seorang hamba yang penuh syukur melalui ibadah puasa yang mulia.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa orang yang berpuasa dengan kemampuan menyesuaikan terhadap dirinya, orang lain dan TuhanNya yang dilandasi kekuatan iman dan keikhlasan untuk mengamalkan puasa berarti memiliki perjuangan untuk berdakwah yang dalam, nilai puasanya tidak hanya sebatas menahan nafsunya, menahan makan dan minum, akan tetapi puasa dijadikan ladang amal dalam amar ma'ruf nahi munkar istilah ini disebut berpuasa dalam dakwah. Jadi jelas sudah bahwa puasa ternyata memiliki korelasi yang kuat dengan dakwah. *Wallahu a'lam bish shawab.****

8

Puasa Meningkatkan Etos Kerja

Oleh: **ITA NURCHOLIFAH**

JUDUL tulisan di atas, sekilas terlihat kontradiksi antara satu dengan yang lain, antara puasa yang di dalamnya terdapat perintah menahan makan, minum dan berhubungan sex di siang hari bagi orang-orang yang beriman dan etos kerja atau semangat kerja yang didalamnya terkandung makna melakukan aktivitas kerja keras yang penuh kesungguhan. Kontradiksi dari persoalan tersebut terletak pada konotasi puasa ramadhan yang dianggap menurunkan atau melemahkan jasmani atau fisik akibat tidak makan dan minum dengan etos kerja yang mengharuskan adanya semangat kerja yang tinggi dengan kondisi fisik yang prima dalam beraktivitas.

Namun, kontradiksi antara puasa dan etos kerja tentu tidak akan terjadi bila seseorang melaksanakan perintah Tuhan mengenai puasa ramadhan tersebut secara utuh atau

paripurna. Bahkan puasa ramadhan semakin meningkatkan etos kerja sehari-hari, bukan sebaliknya melemahkan semangat kerja. Hal tersebut dapat ditelaah mulai dari mekanisme atau tata cara berpuasa Ramadhan yang menganjurkan pelaksananya untuk melakukan aktivitas makan sahur sebelum melaksanakan puasa, bahkan lebih menekankan untuk melakukan aktivitas tersebut di akhir waktu menjelang saat imsyak atau subuh. Sehingga dengan niat yang kuat untuk melaksanakan puasa Ramadhan, maka kebugaran fisik seseorang akan terjaga hingga waktu maghrib saat masa berbuka tiba.

Dalam sebuah Hadits yang di riwayatkan oleh Muslim, disebutkan : *"Makan sahurlah kalian, karena (makan) di waktu sahur itu mengandung barokah."* (HR. Muslim)

Selain berkah makan sahur yang dapat meningkatkan kebugaran badan di siang hari di saat bulan Ramadhan. Pelaksana puasa Ramadhan juga diperintahkan untuk menjaga segala perbuatan-perbuatan yang sia-sia yang dapat menghilangkan pahala dan berkah puasa Ramadhan tersebut.

Dalam sebuah Hadits juga yang diriwayatkan oleh Bukhari, menyatakan : *"Shaum itu benteng, maka (orang yang melaksanakannya) janganlah berbuat kotor (rafats) dan jangan pula berbuat bodoh. Apabila ada orang yang mengajaknya berkelahi atau menghinanya maka katakanlah aku sedang shaum (ia mengulang ucapannya dua kali). Dan demi Dzat yang jiwaku berada di tanganNya, sungguh bau mulut orang yang sedang shaum lebih harum di sisi Allah Ta'ala dari pada harumnya minyak misik, karena dia meninggalkan makanannya, minuman dan nafsu syahwatnya karena Aku. Shaum itu untuk Aku dan Aku sendiri yang akan membalasnya dan setiap satu kebaikan dibalas dengan sepuiluh kebaikan yang serupa."* (HR. Bukhari).

Kemampuan dalam menahan perbuatan yang sia-sia di saat puasa jelas dapat meningkatkan produktifitas kerja sehingga konsentrasi dalam melaksanakan pekerjaan akan tercapai dengan baik dan hal tersebut jelas dapat meningkatkan etos kerja. Peningkatan etos kerja dalam perspektif Islam juga mendapatkan alas pijak yang jelas dari sang khalik, hal tersebut terlihat dalam Al-Qur'an yang artinya:*"Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu dimuka bumi; dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak supaya kamu beruntung."* (QS. Al-Jumuah : 10).

Selain itu dalam surat yang lain Allah SWT juga berfirman :"*Dan katakanlah: Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang mengetahui akan yang gaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan"* (QS At-Taubah, 9: 105).

Pentingnya etos kerja dalam Islam sesungguhnya merupakan keharusan sejarah dalam rangka menata peradaban yang sejati bagi umat manusia dan demi kebahagian hidup manusia itu sendiri. Dalam sebuah ayat, Allah SWT berfirman, yang artinya: "*Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib manusia sebelum mereka mengubah apa yang ada pada dirinya.* (QS Ar-Ra'd: 11).

Ayat di atas jelas menunjukkan bahwa resep kemajuan suatu bangsa bukan terletak pada latar belakang ras atau etnisnya, tetapi lebih kepada etos kerjanya. Dengan kata lain, semakin tinggi etos kerja suatu bangsa atau kaum, akan semakin maju pula peradaban bangsa tersebut. Dalam sebuah ayat, disebutkan: *"Dan bahwasannya seorang manusia tidak akan memperoleh selain apa yang telah diusahakannya".* (QS Al-Najm : 39).

Goresan ayat di atas harus menjadi inspirasi khususnya umat Islam terlebih yang melaksanakan ibadah puasa bahwa puasa harus memberikan semangat untuk terus meningkatkan etos kerja guna mendapatkan hasil kerja yang maksimal yang dapat mengubah peradaban Indonesia yang lebih maju, lebih baik dan penuh dengan maghfirah dan rahmah dari Allah *Azza Wajalla*.***

9

Puasa dan Pengendalian Diri dari Akhlak Tercela

Oleh: **RIANAWATI**

ABI Baiquni, (1995:113), menjelaskan bahwa akhlak adalah tingkah laku manusia yang dilakukan secara berulang tanpa berpikir lebih dahulu atau tanpa pertimbangan. Akhlak adalah totalitas watak, tabiat, bakat, mental yang tercermin dalam bentuk pikiran, ucapan, dan perbuatan, baik terpuji maupun tercela. Oleh karena itu, seseorang dari sejak kecilnya sudah tertanam dan terbiasa dengan akhlak yang terpuji maka akan terefleksi secara spontan akhlak terpuji dalam segala aktivitas kehidupannya. Demikian pula sebaliknya, bila seseorang telah tertanam dan terbiasa dengan akhlak tercela, maka akan terefleksi pula secara spontan dalam kehidupannya.

Dewasa ini sering kita lihat, dengan mudah sekali seseorang berkata kasar, menghina, melecehkan, memo-

jokkan, menohok saudaranya sendiri, saling fitnah demi kepentingannya, menipu, berkhianat, tidak amanah, korupsi dengan sadar atau tidak sadar dan tanpa mempertimbangkan perasaan orang yang disakitinya. Orangpun dengan mudah melakukan tindakan kriminal. Contohnya seorang anak dengan mudahnya membunuh ibunya karena sudah tua dan sakit-sakitan. Seorang pacar, suami atau istri dengan mudahnya membunuh pasangannya karena terbakar api cemburu. Seorang istri atau suami dengan mudahnya berlaku kasar dan kekerasan dalam rumah tangga, karena dianggapnya suami atau istrinya sudah tidak berguna, (tua sakit-sakitan dan miskin) tidak cinta atau merepotkan dirinya. Orang dengan mudahnya mencuri, merampok dan membunuh dengan berbagai cara. Oknum pedagang atau produsen makanan dengan mudahnya meracuni makanan demi meraup keuntungan besar dan dengan mudahnya orang mencari nafkah dengan cara yang tidak dibenarkan oleh Allah. Para muda mudi, oknum guru, dengan mudahnya melakukan sex bebas dan pelecehan seksual tanpa mempertimbangkan konsekuensi perbuatannya. Peserta didik dengan mudahnya melakukan tawuran, berpacaran, dan membuang begitu saja waktunya dengan perbuatan yang sia-sia. Dan banyak lagi dekadensi moral yang begitu memprihatinkan tapi sudah dianggap sebagai hal yang wajar dewasa ini.

Firman Allah Swt. dalam surat Al-'Araf ayat 33 menyatakan : "Katakanlah, Tuhanku hanya mengharamkan perbuatan yang keji. Baik yang nampak ataupun yang tersembunyi dan perbuatan dosa, melanggar hak manusia tanpa alasan yang benar, mengharamkan mempersekutukan Allah dengan sesuatu yang Allah tidak menurunkan hujjah untuk itu dan (mengharamkan) mengada-ada terhadap Allah, apa yang tidak kamu ketahui".

Berdasarkan ayat ini, Allah Swt. melarang hambanya berbuat keji, (nyata ataupun tersembunyi), berakhlak tercela dengan melanggar hak-hak orang lain, mempersekutukan Allah Swt dan berlaku Bid'ah terhadap Allah Swt. Kenapa Allah Swt melarang hambanya berbuat keji dan berakhlak tercela? Karena perbuatan keji dan akhlak tercela akan menyebabkan banyak kerugian, baik bagi kita sendiri maupun pada orang lain. Kerugiannya adalah sebagai berikut : Pertama, akhlak tercela sangat dibenci oleh Allah. (HR. Imam Ath Thabrani) Kedua, terhapusnya amal-amal kebaikan yang pernah dilakukan (HR. Muslim). Ketiga, terhalangnya manusia untuk memperoleh ilmu yang haq, rezeki dan urusan yang dipersulit, hati terasa jauh dari Allah Swt, menggelapkan hati, melemahkan hati dan tubuh, memperpendek umur dan jauh dari keberkahan Allah Swt, satu perbuatan tercela akan menambah perbuatan tercela lainnya/perbuatan dosa, akhlak tercela/perbuatan keji akan menjauhkan hati dari taubat, timbul sikap meremehkan dan membanggkan diri dari akhlak tercela dan dosa, bila dosa telah menumpuk, hati akan gelap dan mati, menimbulkan kehinaan dan azab dari Allah Swt, dan terhalang dari doa para Malaikat (Ibnul Qayyim al-Jauziyyah). Keempat, menimbulkan penyakit psikis atau penyakit mental dalam jiwa sehingga jiwa dan perasaannya gundah, gelisah dan tidak bahagia. Kelima, mengganggu keamanan, ketenangan, dalam kehidupan social masyarakat sekitar. Kelima, secara umum mengganggu keamanan, social, ekonomi bangsa dan Negara.

Untuk menghindari diri dari akhlak tercela dan perbuatan keji, Allah Swt mewajibkan ummat Islam berpuasa, khususnya berpuasa sebulan penuh bagi orang yang tidak berhalangan dalam bulan Ramadhan. Mengapa Allah Swt. mewajibkan kita berpuasa? Karena ibadah puasa

memiliki keunikan tersendiri yaitu orang yang berpuasa memiliki kepekaan yang sangat tinggi untuk menahan dan mengendalikan diri dari dorongan instrinsik atau ekstrinsik yang dapat mengurangi nilai ibadah puasa atau membatalkan puasa, seperti makan, minum, dorongan seksual bagi suami istri (dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari) dan dari akhlak tercela dan perbuatan keji. Orang yang berpuasa akan memiliki tingkat kesabaran yang lebih tinggi, tangguh dan istiqamah mempertahankan diri dengan akhlak yang terpuji serta memperbanyak amal ibadah, baik *hablumminallah* dan *hablumminannaas*.

Orang yang berpuasa dengan niat yang tulus dan ikhlas karena Allah Swt, akan memiliki kehendak yang kuat dan kemauan yang teguh untuk mengendalikan dirinya dari akhlak tercela. Sehingga apabila seseorang telah mampu mengendalikan dirinya dari akhlak tercela, maka orang tersebut akan memperoleh predikat Takwa. Karena Dengan ketakwaan kepada Allah Swt, seseorang akan memilki perasaan takut untuk melanggar larangan Allah, justru sebaliknya akan termotivasi terus untuk melaksanakan apa yang diperintahkan oleh Allah Swt. Orang yang bertakwa akan memperoleh kebahagiaan dunia maupun akhirat.

10

Puasa Ramadhan Meningkatkan Amal Kebajikan

Oleh: **NELLY MUJAHIDAH**

SHAUM atau *shiyam* bermakna menahan (al-imsaak), dan menahan itulah aktifitas inti dari puasa. Menahan makan dan minum serta segala macam yang membatalkannya dari mulai terbit fajar sampai tenggelam matahari dengan diiringi niat. Jika aktifitas menahan ini dapat dilakukan dengan baik, maka seorang muslim memiliki kemampuan pengendalian, yaitu pengendalian diri dari segala hal yang diharamkan Allah.

Memperbanyak amalan baik ibadah pribadi maupun ibadah sosial di bulan Ramadhan adalah hal yang dianjurkan. Selain menambah pahala juga untuk mempertinggi kualitas ibadah kita selama puasa Ramadhan, artinya tidak hanya berpuasa, tapi juga melakukan berbagai perbuatan baik

lainnya.

Memperbanyak Dzikir, Do’a dan Istighfar

Bulan Ramadhan adalah bulan dimana kebaikan pahalanya dilipatgandakan, oleh karena itu jangan membiarkan waktu sia-sia tanpa aktifitas yang berarti. Diantara aktifitas yang sangat penting dan berbobot tinggi, namun ringan dilakukan oleh umat Islam adalah memperbanyak dzikir, do’a dan istighfar. Bahkan do’a orang-orang yang berpuasa sangat mustajab, maka perbanyaklah berdo’a untuk kebaikan dirinya dan umat Islam yang lain, khususnya yang sedang ditimpa kesulitan dan musibah.

Berinteraksi dengan Al-Qur’an

Pada bulan ini Al-Qur’an benar-benar turun ke bumi untuk menjadi pedoman manusia dari segala macam aktifitasnya di dunia. Dan malaikat Jibril turun untuk memuroja’ah , mendengar dan mengecek, bacaan Al-Quran dari Rasulullah shalallahu’alaihi wa sallam Maka tidak aneh jika Rasulullah shalallahu’alaihi wa sallam lebih sering membacanya pada bulan Ramadhan. Iman Az-Zuhri pernah berkata : Apabila datang Ramadhan maka kegiatan utama kita selain *shiyam* ialah membaca Al-Quran. Hal ini tentu saja dilakukan dengan tetap memperhatikan tajwid dan esensi dasar diturunkannya Al-Quran untuk di-*tadabburi,* dipahami, dan diamalkan.

Pada bulan ini pula umat Islam harus benar-benar berinteraksi dengan Al-Qur’an untuk meraih keberkahan hidup dan meniti jenjang menuju umat yang terbaik dengan petunjuk Al-Qur’an. Berinteraksi dalam arti hidup dalam naungan Al-Qur’an baik secara tilawah (membaca), tadabbur (memahami), hifzh (menghafalkan), *tanfiidzh* (mengamalkan), *ta’liim* (mengajarkan) dan *tahkiim*

(menjadikannya sebagai pedoman). Rasulullah SAW bersabda, “*Sebaik-baiknya kamu orang yang mempelajari Al-Qur’an dan yang mengajarkannya.*”

Shadaqah, Infak dan Zakat

Rasulullah Saw. adalah orang yang paling pemurah dan dibulan Ramadhan beliau lebih pemurah lagi. Kebaikan Rasulullah saw. di bulan Ramadhan melebihi angin yang berhembus karena begitu cepat dan banyaknya. Dalam sebuah hadits disebutkan bahwa Sebaik-baiknya sedekah yaitu sedekah di bulan Ramadhan. Dan salah satu bentuk shadaqah yang dianjurkan adalah memberikan *ifthar* (santapan berbuka puasa) kepada orang-orang yang berpuasa. Hal ini merupakan cerminan betapa membantu kebutuhan pokok manusia berupa makan dan minum sangatlah berarti dan dibutuhkan.

Dengan demikian amalan social yang paling mulia di bulan ini adalah berbagi. Baik dalam bentuk zakat, infaq, maupun sadaqah. Berbagai macam masalah sosial yang berhubungan dengan kemiskinan dapat teratasi denagn semangat berbagi dan saling menolong antar sesama.

Pada akhirnya kesuksesan seorang muslim melaksanakan ibadah puasa akan tampak pada kesehariannya ba’da Ramadan. Dengan demikian kebaikan yang sudah dilatihkan saat sebulan penuh berpuasa tidaklah menjadi sesuatu yang temporal belaka. Predikat taqwa terealisasi dalam setiap langkah seorang muslim yang senantiasa berbuat baik tanpa mengenal waktu. Untuk dirinya sendiri maupun untuk kemaslahatan umat. InsyaAllah.***

Bagian Empat

Puasa, Humanisasi, dan Kepedulian Sosial

1

Puasa dan Penyakit Hati

Oleh: **HERMANSYAH**

HAMPIR dapat dipastikan bahwa setiap muslim pelaku puasa memahami syarat dan rukun formal ibadah tersebut. Sebagian besar umat Islam juga pasti tahu bahwa tujuan dilaksanakan puasa adalah taqwa (QS.al- Baqarah: 183). Jika tujuan puasa itu tercapai maka pasti "sempurna"lah dia sebagai manusia yang dikehendaki Allah, yakni insan yang muttaqin (manusia yang bertakwa). Manusia yang bertakwa adalah manusia yang baik lahir dan batin. Kebaikan lahiriah tidak serta merta menjadi tanda kemulian manusia di hadapan Allah, sebab amal lahiriah tanpa disertai iman—yang sifatnya batin—bagaikan fatamorgana. "Dan orang-orang kafir amal-amal mereka adalah laksana fatamorgana di tanah yang datar, yang disangka air oleh orang-orang yang dahaga, tetapi bila didatanginya air itu dia tidak mendapatinya sesuatu apapun. Dan didapatinya (ketetapan)

Allah di sisinya, lalu Allah memberikan kepadanya perhitungan amal-amal dengan cukup dan Allah adalah sangat cepat perhitungan-Nya" (QS. An-Nur: 39). Dengan demikian sebuah amal baru akan mendapatkan nilai yang baik di hadapan Allah jika berangkat dari hati yang bersih dari penyakit sebagai cerminan keimanan seseorang. Salah satu ibadah yang bisa berfungsi untuk membeningkan hati itu adalah Puasa.

Penyakit hati muncul karena tangkapan panca indera. Serapan panca indera dijadikan manusia untuk membuat ukuran dan melahirkan keinginan. Penyebab penyakit hati adalah keinginan yang tidak tercapai. Manusia memiliki sederetan keinginan. Banyak sekali keinginan manusia. Ingin kaya. ingin terkenal. Ingin berkuasa. Ingin disanjung. Tetangga punya kendaraan baru kita juga ingin. Kawan berlibur ke luar negeri kita juga mau. Demikian juga dengan hubungannya dengan pihak lain. Kebahagian orang lain bisa menjadi sumber penyakit bagi orang yang iri. Pencapaian seseorang bisa dianggap musibah bagi orang yang memusuhinya. Prestasi seseorang bisa dianggap ancaman bagi pesaingnya. Singkat kata, keinginan itu mendorong manusia untuk berharap semua orang berada di bawahnya. Manusia menduga bahwa kebahagian itu terletak pada tercapainya sejumlah keinginan itu. Namun, dalam hidup banyak sekali keinginan yang tidak tercapai, karena mustahil menecapai semuanya. Akibatnya manusia menderita.

Karena panca indera juga, manusia cenderung memerhatikan pihak lain. Seringkali manusia sibuk melihat kejelekan orang lain dan kemudian membicarakannya. Akibatnya banyak orang menuduh dan memberikan berbagai predikat negatif kepada orang lain. Sementara mereka melupakan dirinya. Padahal jika manusia mau menengok ke dalam dapat dipastikan banyak sekali aib dalam dirinya yang

akan membuat ia malu jika diketahui oleh orang lain.

Apa hubungan semua itu dengan puasa? Al-Hujwiri, penulis kitab Kasyful Mahjub menulis bahwa puasa hakikatnya adalah keberpantangan. Derajat terendah dari puasa adalah lapar. Secara universal berpantang terpuji menurut akal dan hukum. Keberpantangan melibatkan banyak kewajiban, umpamanya menjaga perut tanpa makanan dan minuman, menjaga mata dari pandangan birahi, telinga dari mendengarkan perkataan buruk mengenai seseorang, lidah dari kata-kata yang sia-sia atau kotor, dan badan dari menuruti hal-hal duniawi dan kedurhakaan kepada Tuhan.

Puasa yang benar dapat dipastikan dapat menghindarkan seseorang dari berbagai penyakit hati. Menahan indera-indera, lanjut Hujwiri, adalah *mujahadah* (perjuangan) yang sempurna, karena segala macam jenis pengetahuan diperoleh melalui pancaindera: penglihatan, pendengaran, pencecapan, penciuman, dan perabaan. Empat dari indera itu mempunyai *locus* (tempat) yang khusus kecuali yang kelima yakni perabaan yang tersebar di seluruh bagian tubuh. Segala sesuatu yang diketahui manusia melewati lima pintu itu, kecuali pengetahuan intuitif dan ilham dari Tuhan.

Menahan indera-indera—melalui puasa yang benar—sesungguhnya mengendalikan keinginan. Karena keinginan muncul dari indera. Kekeliruan menilai hasil serapan panca inderalah yang menjadi sumber ketidakpuasan yang menyebabkan sakit hati. Semakin indera-indera diturutkan semakin kuatlah jiwa rendahnya, semakin kuat hawa nafsu menguasai tubuhnya, dan semakin banyak keinginannya. Pasti semakin banyak yang tidak tercapai. Akibatnya semakin menumpuklah penyakit hatinya. Sebaliknya jika indera-indera dikendalikan dari nafsu rendah, keinginan yang sia-sia akan terhapus. Nuraninya akan terbuka karena disinari cahaya ilahi. Maka berkuranglah penyakit hatinya.

Karena puasa menahan indera-indera untuk mencerap objek di luar dirinya, puasa juga memberikan kesempatan kepada pelakunya untuk merenungi keadaan diri. Puasa memberikan kesempatan kepada manusia untuk becermin. Perenungan ini akan menyadarkan manusia terhadap berbagai kelemahan dirinya. Dari itu tidak ada kesempatan bagi pelaku puasa yang demikian untuk memikirkan keburukan orang lain, karena dia sibuk ber*muhasabah* (menilai) terhadap diri sendiri. Tidak ada tempat dalam batinnya untuk menyimpan kekurangan orang lain. Muhasabah akan dijadikan pijakan untuk terus menerus memperbaiki diri. Hatinya bersih. Pada gilirannya kata-kata dan tindak tanduknya pun menjadi baik.

Singkatnya penyakit hati dapat disembuhkan dengan mengendalikan berbagai keinginan. Puasa yang dilandasi iman melibatkan seluruh aspek lahir batin manusia berfungsi mengendalikan seluruh indera. Jika ini dilakukan maka dengan sendirinya pelaku puasa akan bebas dari berbagai penyakit hati. Orang-orang inilah yang akan bertemu dengan Allah di hari akhir, karena hanya mareka yang hati bersih yang akan ditemui Tuhannya. "Kecuali orang-orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih" (QS. Asy-Syu'ara: 89). *Wallahu a'lam bishhawab.*

Dengan demikian puasa yang benar bukan puasa yang hanya sibuk dengan syarat dan rukunnya serta hal-hal yang berkaitan dengan aspek lahiriah lainnya tetapi yang juga tidak kalah pentingnya adalah aspek batin dari puasa***

2

Puasa dan Pemanusiaan

Oleh: **EKA HENDRY ABDURRAHMAN**

SEKIRANYA tidak pelupa, lalai dan sombong, maka kita ini barangkali tidak disebut *al-Insan* atau manusia (*human*). Tetapi karena sifat-sifat tersebut *embedded* pada diri manusia, maka kemudian dipanggil sebagai manusia. Oleh karenanya, yang namanya manusia kalau tidak senantiasa diinggatkan (tentang hakekat penciptaan dan tujuan hidupnya) dan dinasehati (tentang kesabaran dan kebaikan), maka manusia mudah terjerembab pada sikap lupa diri dan jumawa. Allah SWT mengatakan bahwa manusia adalah tempatnya kesalahan dan lupa (*al-insan mahal al-khatha wa nisyan*).

Namun di sisi lain manusia juga memiliki beberapa kelebihan yang bahkan tidak miliki oleh makhluk Tuhan lainnya. Manusia memiliki wujud fisik yang indah, nyaris tidak ada bandingan dengan karya-karya seni terindah

sekalipun oleh manusia itu sendiri. Selain indah, penciptaan manusia juga luar biasa rumit (*shopisticated*) dan canggih. Sebuah karya seni yang tidak ada bandingnya, sungguh maha suci sang Khaliknya. Allah menggambar dan mengukir manusia itu sedemikian rupa, dalam rahim-rahim para wanita mulia (baca: ibu). Dalam tubuh-tubuh yang "indah", Allah kemudian menghiasinya dengan keinginan atau hasrat (*syahawat*) seperti menyukai lawan jenis, mendapatkan keturunan, memiliki harta benda berupa emas, perak, sawah ladang yang luas maupun segala jenis hewan ternak. (Qs. 3:14) Hasrat ini tidak ada habis-habisnya, sepanjang hayat di kandung badan, manusia pasti memiliki hasrat-hasrat tersebut, hingga saatnya kain putih membalut badan barulah hasrat itu padam. (Qs.102:1-2)

Sejatinya hasrat ini merupakan karunia terindah bagi manusia, sehingga selayaknya disyukuri. Namun demikian, kita diperingatkan bahwasanya hasrat-hasrat tersebut pada hakekatnya tidak lebih sekedar perhiasan dunia (*mataul hayat dunya*) yang sebenarnya sangat pinggiran dan bersifat penampakan (*appearance*) semata. Sebagai perhiasan tidak jarang ia menyilaukan dan menipu "penglihatan" manusia, sehingga banyak kita terperdaya karena sebenarnya kita hanya berhadapan dengan patamorgana.

Kemudian, dalam tubuh-tubuh yang indah itu Allah karuniakan pendengaran, penglihatan dan hati-hati (*fu'ad*) yang luasnya terkadang bak samudera (luas dan dalam) (Qs. 16-78). Kemudian manusia dikarunikan juga otak dan kemampuan untuk berpikir (*'aql*), yang melalui fakultas ini, manusia kemudian dapat melahirkan gagasan dan pikiran yang besar dan luas, jauh melampaui keterbatasan tubuhnya. Kemampuan berpikir manusia dapat menjulangkan (mentransendensi) manusia, keluar dari sifat makhluk fisik (*bashar*) menjadi makhluk illahiah (*devine created*)

dan sekat-sekat dimensi ruang dan waktunya. Produk pemikiran manusia tidak jarang lebih panjang usianya dibandingkan usia hidup biologis dirinya dan lebih digjaya dibanding dengan kekuatan senjata tercangih sekalipun. Diantara produk pemikiran yang dihasilkan oleh manusia adalah ideologi. Ideologi dapat hidup dalam rentang waktu yang panjang, dan memiliki kekuatan yang sangat dahsyat mengharu biru kehidupan umat manusia. Dan sulit dipadamkan, meskipun tubuh pengagasnya di masukkan ke dalam penjara atau ditanam di dalam tanah.

Kemudian tidak hanya kemampuan berpikir, manusia juga dibekali potensi pencapaian spiritual melalui fakultas qalbu atau ruhaniah. Dengannya, manusia dapat mencapai derajat (*maqam*) spiritual tertinggi, yaitu ketika kebenaran Tuhan disingkapkan kepada manusia atau mencapai maqam tempat *bertajalli* dari citra ketuhanan, yang oleh Al-Jilli disebut dengan *Insan Kamil* (manusia yang sempurna).

Namun demikian, semua kelebihan tersebut masih bersifat potensial, sehingga mesti ada proses *mujahadah* terus menerus agar ia menjadi aktual. Jika tidak, maka potensi tersebut akan terus menerus menjadi *latent* (tersembunyi) meskipun tidak hilang. Yang menakutkan, jika ia tidak aktual, potensi sebaliknya (yang destruktif) yang akan berkembang dan pada gilirannya bergerak menjauh dari pusaran kesadaran spiritualitas dan intelektualitas.

Hidup di era sekarang, potensi terjadinya pengikisan pencerahan intelektual dan spiritual sangat tinggi, karena nyaris semua dimensi kehidupan manusia dideterminasi oleh tuntutan-tuntutan material yang bergerak secara mekanis. Tuntutan waktu bekerja yang semakin tinggi, beban persaingan kerja yang tinggi, tuntutan kualitas proses dan hasil yang tinggi, tidak jarang menimbulkan paradok. Disatu sisi memberikan hasil yang luar biasa secara material,

namun pada saat yang sama tidak jarang menggerus dimensi-dimensi yang asasiah dari kemanusiaan manusia seperti kesadaran tentang eksistensi diri, merenggang nya rasa komunalitas antara sesama, miskinnya pencerahan ruhaniah dan tidak jarang menjadikan manusia sebagai "budak" dari pekerjaannya. Kalau yang terakhir disebutkan menimpa manusia, itu gejala bahwa, manusia mengalami anomali yang disebut "krisis eksistensi atau krisis kemanusiaan".

Dalam konteks untuk menghindari krisis tersebut, maka diperlukan upaya meneguhkan kembali potensi-potensi yang dimiliki manusia ke arah yang konstruktif. Puasa merupakan salah satu syariat agama yang salah satu fungsinya adalah mengendalikan dorongan hasrat jasmaniah menjadi lebih terarah, dan kemudian berupaya mengembangkan potensi-potensi kontruktif yang ada. Karena pada hakekatnya, puasa adalah menahan (*imsyak*) atau mengendalikan hasrat atau keinginan yang ada, termasuk keinginan untuk makan, minum hingga hubungan biologis. Termasuk juga menahan atau mengendalikan pikiran, perasaan, perkataan dan perbuatan yang tidak bermanfaat dan menjatuhkan kemuliaan manusia.

Oleh karenanya, sudah selayaknya orang yang berpuasa harus memahami hakikat dari pelaksanaan ibadah puasa, karena sebenarnya ibadah ini bukan hanya sekedar ritus tidak makan dan minum. Akan tetapi lebih dari pada itu semua adalah mengajarkan kepada manusia untuk belajar mengendalikan potensi yang mereka miliki, dan mengarahkannya secara benar dan kontruktif. Karena jika tidak dikendalikan secara benar, potensi tersebut dapat bermetamorfosa menjadi sesuatu yang negatif (desktruktif).

Tentu saja, untuk dapat mencapai pencerahan seperti tersebut diatas perlu proses yang bertahap (*tajridiyan*) secara gradatif. Hujjatul Islam Imam Al Ghazali menyebutkan

tingkatan tersebut dengan sebutan puasa *am,* puasa *khusus* dan puasa *khusus bi al-khusus*. Mulai dari gradasi puasa orang awam, mulai menanjak menjadi puasa orang-orang khusus hingga lebih tinggi lagi khusus bi al-khsusus. Level puasa kelompok am adalah puasa yang hanya sekedar menjalankan tradisi, kebiasaan dan level kesadarannya paling dasar. Level ke dua, lebih meningkat, yaitu puasa orang-orang yang disertai pengetahuan yang benar tentang syarat dan rukunnya (sesuai syariat). Kemudian level terakhir adalah, puasa orang-orang yang telah mengalami pencerahan, bukan hanya pada level syarat dan rukun formalnya, akan tetapi sudah dapat memahami makna terdalam dari puasa serta berhasil melakukan internalisasi dan implementasi nilai-nilai puasa dalam kesehariannya. Manakala hal ini terjadi, maka puasa akan menjadi wahana efektif dalam rangka pemanusiaan manusia. Atau dengan kata lain, puasa akan menjadi kawah candradimuka pencerahan manusia untuk mengembangkan potensi-potensi illahiahnya yang menjadi kunci kemuliaan manusia di antara makhluk-makhluk Allah lainnya. *Wa Allah a'lam bi shawab*.***

3

Puasa Sarana Melatih Kearifan Sosial

Oleh**: FATHANIAH**

RAMADHAN adalah bulan yang dinanti nanti oleh umat islam sedunia. Karena di bulan ini banyak sekali rahmat dan ampunan yang diberikan oleh allah swt bagi hambanya yang benar benar memanfaatkan bulan ini dalam beribadah. Bulan ramadhan ini seringkali disebut orang sebagai bulan suci, yang dimaksud suci di sini adalah di dalam bulan ini hanya dimanfaatkan untuk beribadah dan memperbanyak amal shaleh.

Dalam menyambut bulan suci ramdhan, banyak hal yang dilakukan oleh umat muslim sedunia. Diantaranya melakukan ziarah kubur, mendo'akan keluarga yang sudah meninggal dan lain lain. Tradisi ini sudah turun temurun dilakukan, sehingga ini menjadi sebuah hal yang sudah lumrah dan menjadi sebuah kebudayaan bagi umat muslim.

Setiap Ramadhan tiba, semaraknya sangat dirasakan

di seluruh penjuru. Mulai dari kota sampai pelosok desa terpencil. Kemuliaan bulan Ramadhan bagi umat Islam disambut riang gembira. Banyak Masjid, Mushalla, kampus maupun perkantoran diisi dengan kegiatan bernuansa Islam. Bahkan, sejumlah spanduk pun ikut serta memeriahkan kemeriahan Ramadhan sebagai bulan penuh berkah

Yang kita ketahui selama bulan ramadhan, umat islam berbondong-bondong melakukan amalan- amalan seperti, shalat, membaca al-quran, puasa dan lain- lain. Semua amalan itu dilakukan dengan sebenar-benarnya. Maksudnya adalah dengan sungguh-sungguh agar dapat meraih rahmat dan maghfirah dari Allah swt. Selain itu, Salah satu memperbanyak amalan tersebut, tidak saja dalam bentuk ibadah ritual, melainkan amalan sosial dalam bentuk kepedulian kepada sesama umat Islam.

Amalan ibadah puasa di bulan Ramadhan merupakan ibadah yang memiliki keunikan dan karakteristik tersendiri dibanding ibadah-ibadah lainnya. Tidak seperti ibadah lainnya, ibadah puasa memiliki dimensi sosial tersendiri yang terdapat dibalik hikmah pensyariatannya. Di bulan inilah, seorang muslim diuji imannya, apakah mau berkorban kepada sesama atau tidak. Dimensi sosial di balik ibadah puasa adalah, puasa melahirkan rasa persamaan, kesejajaran, kepedulian dan kebersamaan di antara sesama umat islam.

Semarak ramadhan sangat terasa dikalangan kantor, sekolah, organisasi dan lain-lain. Salah satu yang sering dilakukan adalah buka puasa bersama, ceramah agama, pesantren kilat, tadarusan dan lain-lain. Selain itu, tidak lupa juga ketinggalan tempat beribada masjid. Masjid yang semulanya sebelum bulan ramadhan terlihat sepi, akan tetapi setelah memasuki bulan ramadhan, rumah Allah itu berbondong-bondong dimasuki oleh jama'ah unuk fastabiqul khairat.

Manusia dimuka bumi semuanya sama, tapi yang

hanya membedakannya adalah iman taqwa. Indikator iman taqwa bukan hanya dilihat dalam ibadah ritual saja, akan tetapi dilihat juga dari segi kepedulian sosial. Kepedulian sosial adalah minat atau ketertarikan kita untuk membantu orang lain. Salah satu bentuk kepedulian sosial kita terhadap lingkungan adalah sedekah.

Sedekah walaupun kecil tetapi amat berharga di sisi Allah SWT. Orang yang bakhil dan kikir dengan tidak menyedekahkan sebagian hartanya akan merugi di dunia dan akhirat karena tidak ada keberkahan. Jadi, sejatinya orang yang bersedekah adalah untuk kepentingan dirinya. Sebab, menginfakkan (belanjakan) harta akan memperoleh berkah, dan sebaliknya menahannya adalah celaka.

Ibadah puasa pada Ramadhan ini, sesungguhnya membangkitkan kita untuk peduli kepada sesama, dan mendorong semangat untuk membantu meringankan beban sesamanya. Kalau sebelum Ramadhan, biasanya orang pelit untuk bersedekah dengan datangnya bulan ini merubahnya menjadi seorang yang dermawan.

Kepedulian sosial sebenarnya jangan hanya tumbuh ketika bulan ramadhan. Akan tetapi, setiap hari dan ditaetapkan dalam diri kita mempunyai jiwa kepedulian itu,. Tidak ada mudharatnya untuk menumbuhkan kepedulian sosial dalam diri kita. Dan jangan ada sifat riya' ketika kita melakukan kegiatan sosial.

Apabila ingat fungsi sosial dalam konteks kehidupan bermasyarakat, maka tidak wajar jika seorang yang berpuasa hanya ingat terhadap fakir miskin ketika bulan ramadhan. Oleh karenanya, puasa mengajak setiap muslim untuk peduli kepada sesama, baik di bulan ramadhan dengan bulan- bulan yang lainnya. Karena sesungguhnya, puasa akan menggiring kita kepada ketaqwaan yang mengeratkan kita kepada sesama.***

4

Ramadhan Mewujudkan *Emotional Awareness* Ciptakan Emphati

Oleh: **AGUS HANDINI**

Maka bersabarlah menanggung perihnya kesalahan orang lain, agar kita dapat mengembalikan keseimbangan dalam hidup ini…….

RAMADHAN banyak membawa berkah memang tidak dapat dipungkiri. Keberkahan berarti kebaikan yang berlimpah yang kita terima, kebaikan itu sendiri berwujud kesehatan fisik dan kesehatan psikis. Dalam kesehatan fisik sudah tentu dapat kita pahami dengan seksama, organ pencernaan tubuh yang bekerja hampir 24 jam perhari dalam 11 (sebelas) bulan dapat beristirahat, dapat kita umpamakan mesin mobil yang sehari-hari dipergunakan terkadang harus mendapatkan perawatan khusus sampai dengan turun mesin (istilah dalam servis mesin).

Secara psikis berkah ramadhan juga sudah banyak kita ketahui,membuat kita jauh lebih sabar karena nilai ibadah shaum bukan hanya menahan lapar dan haus namun juga dalam pengendalian ekpsresi emosi yang kita harus lakukan sehingga nilai ibadah shaum tidak hanya berbuah rasa lapar dan haus semata. Namun walau hanya mendapatkan rasa lapar dan haus saja seseorang juga menjadi belajar merasakan rasa lapar dan haus yang dirasakan oleh orang-orang yang kurang mampu.Banyak berkah berupa rasa emphati,yang membuat seseorang mampu merasakan apa yang orang lain rasakan. Setiap orang baru dapat mengetahui, memahami dan mengaplikasikan apa yang seseorang ketahui tersebut ketika seseorang itu meng"alami". Hal ini sederhana dan mungkin sangat sederhana namun dalam prakteknya sangat RUAR biasa sulitnya atau mungkin mudahnya, semua akan kembali kepada persepsi atau pemaknaan yang dimiliki seseorang tersebut.

Kesadaran emosi yang membuat seseorang mampu mengendalikan emosi, meliputi keterampilan untuk menahan atau membatasi reaksi emosional terhadap suatu situasi, baik reaksi itu positif maupun negatif (Mayer, Salovey & Caruso, 2000), sehingga membuat seseorang merasa aman. Hal ini sesuai dengan pendapat Lane & Reiman (1998) bahwa individu dengan kesadaran emosi yang positif akan memiliki kemampuan yang baik dalam mendeteksi, membedakan sekaligus merespon tanda-tanda emosi yang muncul baik dari dalam diri sendiri maupun orang lain secara akurat, sehingga akan membantu kelancaran proses komunikasi yang dilakukan. Seseorang yang peka dengan suasana hati adalah mereka yang tergolong memiliki kepintaran dalam emosi.

Karena itu menurut Mayer & Salovey, kejernihan pikiran tentang emosi akan melandasi ciri-ciri kepribadian

seseorang, seperti mandiri dan yakin akan batas-batas yang mereka bangun, kesehatan jiwanya bagus, dan cenderung berpendapat positif dalam kehidupan. Sedangkan bila suasana hati sedang jelek, mereka tidak risau dan larut ke dalamnya sebab mereka mampu melepaskan diri dari suasana itu dengan cepat. Orang-orang seperti ini bagaikan "pilot" yang andal bagi kehidupan karena mempunyai kepekaan yang tinggi terhadap perasaan mereka sedangkan ketidak-mampuan mencermati perasaan sesungguhnya membuat seseorang berada dalam kekuasaan perasaan sendiri. Menurut Hurlock , tingkat kematangan emosi seseorang akan tercermin dari cara-cara orang itu mengekspresikan emosinya. Emosi yang jujur dengan sikap dan perilaku yang tepat tanpa menyakiti ataupun merugikan diri sendiri dan orang lain akan membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan tetap menjaga hubungan baik dengan lingkungannya. Sebaliknya, ekspresi emosi yang tidak tepat, tanpa pikir panjang, dan bersifat destruktif hanya akan membuat masalah menjadi berlarut-larut, sehingga menimbulkan kesan negatif dan menyebabkan rendahnya penerimaan masyarakat.

Sehingga dapatlah kita ketahui bersama, bulan Ramadhan yang disertai salah satu kewajibannya yaitu berpuasa membuat seseorang dapat mengetahui,memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan khususnya pada rasa lapar dan haus, namun hal ini akan membentuk penyadaran emosi atau yang kita kenal dengan istilah e*motional awareness* pada akhinya mendukung terbentuknya emphati atau dapat merasakan apa yang orang lain rasakan. Dalam keberkahan Ramadham ketika eseorang berniat baik dan bersungguh-sungguh serta melatih diri untuk dapat mengenal dan mengekpresikan emosi yang dimilikinya secara cerdas maka hal ini akan menciptakan emphati atau

mampu merasakan apa yang orang lain rasakan, bukan hanya pada rasa haus atau rasa lapar saja. Pembiasaan cerdas dan perubahan mind set seseorang dalam menjalankan ibadah di bulan Ramadhan membuat seseorang akan mampu menerima kesalahan dan kekurangan orang lain sehingga mengetahui memahami dan dapat memposisikan dirinya pada posisi orang tersebut, sehingga keinginan menyalahkan orang lain yang teramat mudah kita lakukan dan hal yang teramat amat sangat biasa dilakukan akan berkurang menjadi penerimaan pada diri kita. Kalau saja kita belajar berbaik sangka pada setiap apa yang mengenai diri kita maka dapat kita lihat bahwa bulan Ramadhan bukan hanya umat Islam saja yang mendapatkan berkahnya..namun juga umat non muslim mendapatkannya, karena selain bisa menikmati juadah atau kue-kue yang menemani saat berbuka maka segala ritual Ramadhan menjadi suatu hal yang terbiasa mereka alami. Hal ini juga akan memberikan pembelajaran bagi mereka. Sehingga dapat kita yakini bahwa Ramadhan berkahnya pada setiap MANUSIA yang MAU cerdas…Subhanallah.***

5

Ramadhan Membentuk *Mu`min Ulul Albab*

Oleh: **LAILIAL MUFTIFAH**

BULAN Ramadhan, bulan yang amat dinantikan. Hanya saja, di antara kita masih ada segelintir yang mengaku muslim tapi enggan berpuasa di bulan suci ini, meski tahu bahwa puasa dan ibadah-ibadah Ramadhan mengandung banyak hikmah dan keutamaan. Seperti yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda, *apabila tiba bulan ramadhan, maka dibukalah pintu-pintu surga, ditutuplah pintu neraka dan setan-setan dibelenggu*. (H.R. Bukhari).

Ramadhannya saja berkah, apalagi disertai dengan puasa. Allah mewajibkan puasa tentu ada maksud tertentu dalam perintah tersebut. Ternyata, perintah itu bertujuan demi kebaikan kita sendiri sebagai muslim, yaitu agar umat muslim mengerjakannya dan tidak meninggalkan. Jika kita mengerjakan puasa, tentu kita akan mendapatkan ampunan dan keutamaan, serta mendapatkan hikmah di balik perintah

tersebut.

Hakikatnya, Allah mewajibkan kita puasa karena belas kasih Allah. Sama halnya belas kasih orangtua terhadap anaknya. Orangtua akan bertindak tegas jika anak tak mengikuti perintah orangtua. Orangtua akan melarang anaknya untuk minum es jika sang anak sedang sakit, agar cepat sembuh dari sakit yang dideritanya. Sang anak tentu tak mengerti tentang larangan tersebut. Ia hanya mengerti, bahwa minum es itu enak dalam keadaan apapun. Itu karena sang anak tak memiliki pengalaman dan pengetahuan sebagaimana pengalaman dan pengetahuan orangtua.

Begitu juga dengan Allah terhadap hamba-Nya. Perintah puasa bukan karena Allah otoriter. Allah mewajibkan kaum muslim seluruh dunia untuk berpuasa di bulan Ramadhan demi kepentingan hamba-Nya. Seperti yang difirmankan-Nya dalam Q.S Al-Baqarah: 183. Jadi kita sepakat, bahwa puasa di bulan Ramadhan bukan karena Allah Dzat Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang itu otoriter, melainkan karena Dia amat perhatian kepada kita. Terkadang manusia, dengan sekedar hadiah saja, kurang memotivasi diri kita untuk melakukan sesuatu. Terkadang kita butuh perintah untuk melakukan sesuatu itu. Cara mendisiplinkan seorang pegawai dengan iming-iming naik gaji itu efektif. Tapi tak lebih efektif ketika para pegawai terancam diberhentikan secara tidak terhormat.

Dalam QS al-Baqarah: 183 juga dijelaskan bahwa tujuan berpuasa adalah agar kita yang berpuasa itu bertaqwa. Maksudnya, mengikuti perintah Allah dan menjauhi atau tidak mengerjakan larangan-Nya. Baik saat kita sendirian maupun tidak sedang sendirian. Itulah hakikat berpuasa. Namun sayangnya, banyak saudara-saudara kita, setelah bulan ramadhan berakhir, mereka kembali melakukan aktivitas-aktivitas sebelumnya yang cenderung mengajak mereka bermaksiat kepada Allah dan Rasul. Mereka menganggap bahwa perkara yang dilarang di bulan ramadhan, dihalalkan setelah bulan ramadhan. *Na`udzubillah*. Seharusnya, setelah Ramadhan, tingkat amal baik mereka bertambah dan

dorongan untuk menjauhi larangan Allah meningkat.

Penyebabnya tak lain karena mereka tak paham dengan hakikat ramadhan itu sendiri. Seperti yang dipaparkan di atas, bahwa puasa di bulan ramadhan itu akan meningkatkan ketaqwaan pada Allah. Kalau dikaji lebih dalam, taqwa merupakan sifat yang sangat urgen dalam kehidupan beragama. Orang akan tetap tenang hidupnya jika memiliki sifat taqwa dalam dirinya. Apapun bentuk cobaannya. Entah orang itu miskin, kelaparan, ditindas dan diuji sedemikian rupa, orang tersebut tetap tenang dalam melakoninya.

Jika kita termasuk orang-orang yang berpuasa di bulan Ramadhan namun tidak membuat iman dan taqwa kita bertambah, tentu ada yang harus dikoreksi dalam diri kita ini. Dalam QS al-Baqarah: 269, *"Allah menganugerahkan al-hikmah (kefahaman yang dalam tentang al-qur`an dan as-sunnah) kepada orang yang Dia kehendaki. Dan barangsiapa yang dianugerahi al-hikmah, dia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak. Dan hanya orang-orang yang berakallah yang dapat mengambil pelajaran (dari firman Allah)"*. Menurut ahli tafsir, hikmah adalah ilmu-ilmu yang bermanfaat. Sedang *ulul albab* adalah orang-orang yang berakal sehat dan cita-cita yang sempurna. *Ulul albab* mengetahui mana yang berguna baginya dan mana yang tidak.

Dengan demikian, jelas sudah penyebab mereka yang tak tetap taqwanya setelah ramadhan, itu karena tidak memiliki hikmah dalam dirinya. Mereka melakukan sekedar melakukan kewajiban. Asal tidak berdosa semata. Setelah kewajiban dilaksanakan, orang tersebut tersebut tak berfikir dan memikirkan hikmah yang terkandung dalam suatu perintah dan sunnah. Akibatnya, ibadah yang dikerjakannya hanya sampai pada tenggorokannya tidak sampai pada hatinya. Maka dari itu, agar bulan ramadhan ini menjadikan kita *mu`min ulul albab*, sebaiknya kita lebih sering bertanya dan belajar tentang perintah dan larangan Allah pada para

guru kita yang shaleh. Sehingga kita semua menjadi *mu`min ulul albab* dan mendapat kebahagian dunia dan akhirat. *Amin. Wallahu`allam Bisshowab.****

6

Puasa, Mempersiapkan Pribadi yang Dibutuhkan

Oleh: **YUSRIADI**

PERINTAH melaksanakan puasa sudah diterima umat manusia sejak lama. Sampai hari ini, perintah Allah itu masih relevan untuk manusia yang ingin menjadi pribadi yang baik. Hikmah puasa tetap relevan dirasakan oleh manusia dari zaman ke zaman.

Mengapakah Tuhan memerintahkan manusia berpuasa? Apakah kebaikan di balik ibadah puasa? Hikmah seperti apakah yang bisa diperoleh manusia setelah puasa?. Jika merujuk pada ayat-ayat Alquran tentang puasa dalam Islam (Alquran Surah Al-Baqarah ayat 183-187), perintah puasa memang dikaitkan dengan dua hal: perintah ini sudah lama disampaikan dan perintah ini membawa umat Islam menuju jalan taqwa. Puasa tidak akan memberatkan. Jikapun dirasakan berat sudah ada keringanan diberikan.

Sesungguhnya perintah ini agak unik. Pada satu sisi umat diwajibkan, tetapi pada sisi lain umat diberikan

keringanan. Perintah ini menimbulkan kesan bahwa Allah begitu ingin umat Islam tetap berada di jalan taqwa.

Lantas, apakah jalan taqwa dan bagaimana puasa bisa mengantar umat Islam ke jalan itu? Menurut Alquran (antara lain dalam Surat Ali 'Imran (3) : 133 – 135) ada beberapa ciri orang yang taqwa: 1. Bersegera memohon ampunan Allah bila berbuat dosa dan mudah meminta maaf kepada sesama manusia (Tidak gengsi), 2. Mau berinfaq/sedekah dalam keadaan lapang maupun sempit (Tidak pelit), 3. Bisa menahan amarah (Tidak emosional), 4. Mudah memaafkan kesalahan orang lain (Tidak pendendam), 5. Senantiasa melakukan kebaikan atau berbuat baik (Tidak jahat).

Dari 5 point di atas, setidaknya poin 3 dan 5 merupakan hikmah atau manfaat yang bisa diperoleh seseorang yang berpuasa. Orang yang berpuasa dilatih untuk menahan diri termasuk menahan emosi dan senantiasa diajarkan untuk melakukan kebaikan. Mereka yang tidak dapat menahan diri saat berpuasa, maka puasanya akan sia-sia. Dia hanya akan memperoleh lapar dan haus.

***

Latihan menahan diri sangat diperlukan dalam kehidupan ini. Kemampuan menahan ini sangat penting dalam kehidupan kita karena dalam hidup banyak cobaan dan godaan yang dihadapi.

Islam sangat menyadari bahwa menahan diri merupakan hal yang sulit. Nabi pernah mengatakan bahwa menahan hawa nafsu termasuk dalam jihad besar (jihad akbar). Lebih besar nilainya dibandingkan jihad dengan berperang melawan musuh.

Kenyataannya, kita cukup sering kalah oleh hawa nafsu. Banyak di antara kita yang gugur dalam jihad akbar itu. Lihatlah, berapa banyak orang dipenjarakan karena melakukan kriminalitas? Berapa banyak orang yang terperangkap korupsi? Berapa banyak orang yang terperangkap penyalahgunaan kewenangan? Berapa banyak orang yang terjebak pergaulan bebas?.

Atau, berapa banyak orang yang lebih memilih menurutkan kemauan dibandingkan melakukan sesuatu bersadarkan pertimbangan baik buruk untuk diri dan orang lain. Contoh orang merokok merupakan hal sederhana tentang kekalahan menghadapi hawa nafsu. Merokok merupakan pekerjaan yang sia-sia dan merusak diri sendiri dan lingkungannya. Tetapi, lihatlah berapa banyak orang yang tetap menyedot asap tembakau itu? Berapa banyak orang yang rela membeli sesuatu yang dibakar dan dihisap, lalu jangka panjang mendatangkan penyakit? Banyak sekali!.

Pada sisi yang lain puasa melatih manusia untuk berbuat baik kepada sesama. Pijakan kebaikan itu adalah dengan menumbuhkan empati. Sering dikatakan bahwa orang berpuasa menahan diri dari makan dan minum hakikatnya adalah bagaimana dia merasakan menjadi orang yang tidak mampu, memenjadi orang yang lapar. Seorang yang lapar menjadi lebih peka terhadap sesama. Hati menjadi lebih bersih; dan kembali pada persoalan pertama tadi jika hati lebih bersih dia akan lebih mudah mengendalikan hawa nafsunya.

Andai hikmah ini bisa peroleh maka kepekaan sosial akan tumbuh. Kebiasaan memperkaya diri dan memperlihatkan kekayaan kepada orang lain akan hilang. Kebiasaan berlomba-lomba dalam urusan dunia akan berkurang. Orang yang memiliki kepekaan akan melihat keadaan di sekitarnya lebih dahulu sebelum mengambil keputusan, sekalipun apa yang akan diputuskan kelak adalah untuk dirinya sendiri. Empati juga akan membuat orang menahan diri untuk menjaga perasaan orang lain, perasaan tetangga, perasaan teman.

Sudah pasti jika rasa empati bisa ditumbuhkembangkan maka dunia akan terasa nyaman. Kehidupan sosial akan menjadi lebih indah. Itulah bentuk kehidupan yang dicitakan oleh semua orang untuk masa depan mereka. Itulah ciri kehidupan dambaan yang dibutuhkan manusia sekarang ini.

Karena itulah, tidak berlebihan jika dikatakan bahwa

berpuasa menjadi latihan bagi umat Islam untuk hidup di masa depan. Siapa yang dapat berpuasa dan memetik hikmah di baliknya, dia akan menjadi manusia seperti yang dicitakan. Selamat berpuasa. ***

7

Peningkatan Karakter Mulia dalam Ibadah Ramadhan

Oleh: **HELVA ZURAYA**

BULAN Ramadhan telah hadir kembali ditahun ini (1453 H). Kita gembira bisa memasuki bulan Ramadhan ini karena kita mempunyai harapan yang besar bisa mengantarkan diri kita dalam kesucian jiwa dan kebersihan hati setelah melaksanakan ibadah Ramadhan kelak. Rasulullah Saw. Bersabda: "*Allah Yang Maha Mulia lagi Maha Tinggi mewajibkan puasa Ramadhan dan aku mensunnahkan shalat malam harinya. Barang siapa puasa Ramadhan dan shalat malam dengan mengharap ridha Allah, maka dia keluar dari dosanya seperti bayi yang dilahirkan ibunya.*" (HR. Ahmad).

Bulan Ramadhan merupakan bulan yang berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan karakter kita sebagai manusia bertaqwa. Selama sebulan penuh kita mengikuti amalan-amalan (ibadah) seperti puasa, tarawih, mengaji, bersedekah, dan lainnya. Semua itu kita jalani agar

kita menjadi pribadi bertaqwa, menjadi manusia yang berkarakter unggul dan mulia, seperti dalam Surah al-Baqarah ayat 183: "*Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan kepadamu berpuasa sebagaimana diwajibkan kepada orang-orang sebelum kami agar kamu bertaqwa."* Dalam ayat yang lain, Allah SWT menjelaskan lebih rinci indikator ketaqwaan dalam al Baqarah ayat 177 yang berbunyi: *"Bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah Timur dan Barat itu suatu kebajikan, akan tetapi sesungguhnya kebajikan itu ialah beriman kepada Allah, hari kemudian, malaikat-malaikat, kitab-kita, nabi-nabi dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang-orang miskin, musafir (yang memerlukan pertolongan, dan orang-orang yang meminta-minta; dan (memerdekakan) hamba sahaya, mendirikan shalat, dan menunaikan zakat; dan orang-orang yang menepati janjinya apabila ia berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam perperangan. Mereka itulah orang-orang yang bertaqwa.* Berdasarkan ayat ini, ketaqwaan tidak hanya dalam dimensi spiritual yakni keyakinan yang utuh dan menyeluruh mengimani keberadaan Allah SWT, hari kiamat, para malaikat, kitab-kitab dan para nabi, tapi juga dimensi sosial melalui tindakan nyata dalam kehidupan bermasyarakat, yaitu kepedulian kita kepada kerabat, anak yatim, orang miskin, dan orang-orang yang membutuhkan pertolongan kita.

Semua ibadah dalam bulan Ramadhan memiliki makna tersendiri dalam membentuk kepribadian manusia yang sempurna (*insan kamil*). Ada ibadah yang ditujukan untuk menajamkan kepekaan sosial dan melembutkan perasaan yaitu puasa di siang hari, ada ibadah yang ditujukan untuk meningkatkan persatuan dan kesatuan yaitu shalat tarawih berjamaah, dan ada juga ibadah yang bertujuan

untuk meningkatkan stabilitas perekonomian yakni kewajiban membayar zakat mal dan fitrah, serta ibadah yang bertujuan meningkatkan spiritualitas jiwa agar kita semakin dekat dengan Allah SWT yaitu shalat tahajud. Dan masih banyak lagi ibadah lainnya yang dapat mentransformasikan kesadaran kita menjadi manusia yang lebih baik. Aspek sosial dalam ibadah yang kita laksanakan dalam bulan Ramadhan memiliki sumbangsih yang sangat penting dalam peningkatan karakter kita dalam menjalankan aktivitas kita sehari-hari baik sebagai individu maupun sosial. Pertanyaannya adalah, *pertama* untuk individu, apakah puasa yang dilakukan sekian lama telah berdampak pada peningkatan individu yang baik atau belum; pertanyaan ini membutuhkan intropeksi (*muhasabah*) atas individu masing-masing. Jika seseorang berpuasa sementara pada saat yang sama ia melakukan perbuatan: *Kidzb* (berdusta), *Ghibah wa al namimah* (mengunjing atau mengadu domba), *Nadlarun bi al shahwah* (melihat dengan hawa nafsu), dan *Yumma la bihaq* (bersumpah palsu), maka puasanya menjadi hampa makna.

Kedua, pada tataran kolektif, apakah dampak berpuasa bagi bangsa ini sudah tampak nyata; pertanyaan ini membutuhkan muhasabah nasional. Jika bangsa ini terus berpuasa namun perilaku kolektifnya belum menunjukkan karankter mulia, maka dapat dikatakan puasanya masih belum sampai pada nilai yang sesungguhnya yakni taqwa. Secara realitas masih dijumpai fenomena turunnya karakter individu maupun bangsa, yang indikatornya antara lain: meningkatnya kekerasan di masyarakat; penggunaan bahasa dan kata-kata yang memburuk; pengaruh *peer group* yang kuat dalam tindak kekerasan; meningkatnya perilaku merusak diri; semakin kaburnya pedoman moral baik dan buruk; menurunnya etos kerja; semakin rendahnya

rasa saling menghormati satu sama lain; rendahnya rasa tanggungjawab individu dan warga negara; membudayakan ketidak-jujuran; dan adanya rasa saling curiga dan kebencian diantara sesama.

Kalau kita merujuk pada Surah Al Baqarah di atas, ada beberapa hal yang harus kita wujudkan sebagai bukti ketaqwaan kita sekaligus sebagai karakter yang perlu kita tingkatkan. Karakter taqwa *pertama*, kejujuran. Orang puasa akan jujur pada diri sendiri bahwa ia sedang berpuasa, tidak berani melanggar makan dan minum, maupun hal lain yang membatalkan sungguhpun tidak ketahuan orang lain. Karakter taqwa *kedua*, Disiplin. Puasa mengajari orang untuk berdisiplin saat mengakhiri sahur, memulai berbuka, serta hal-hal yang dilarang. *Ketiga*, Kepatuhan. Setiap orang yang berpuasa pada hakekatnya pada aturan Allah SWT, jika ia tidak patuh tentulah ia memilih tidak berpuasa. Didalamnya ada rasa takut melanggar aturan. *Keempat*, Etos kerja. Puasa yang dilakukan sungguh-sungguh akan mendorong seseorang untuk menyadari bahwa kerja itu ibadah. Kesadaran bahwa kerja itu merupakan ibadah akan memunculkan sikap bertanggung-jawab atas setiap tindakannya dalam pekerjaan. Ia akan selalu berusaha meningkatkan profesionalismenya dalam bekerja. Ia takut kalau tidak maksimal dalam bekerja. Ia sadar bahwa ia tidak hanya sedang berurusan dengan atasannya namun juga berurusan dengan Allah SWT. *Kelima*, Solidaritas. Alur pikir sederhananya dapat dinyatakan bahwa jika seseorang disuruh menahan lapar sehari penuh, diharapkan akan tumbuh kesadaran dalam dirinya betapa orang yang kesulitan ekonomi harus disantuni dan diperhatikan. Jika kesadaran ini muncul diharapkan bagi orang yang berpuasa tersebut akan bisa berbagi dengan orang lain terutama kaum dhuafa. *Keenam*, Peduli. Ini merupakan kemestian

dalam kehidupan kita sebagai mahluk sosial, apalagi bagi pemimpin yang bertanggung jawab sebagai pelayan rakyat. Sikap sosial sangat penting karena memiliki dampak social dan individual. Sebaliknya perbuatan buruk sebagai bentuk hilangnya kepedulian dan kepekaan sosial akan berdampak buruk bagi kita. *Ketujuh*, Konsistensi, yaitu keselarasan antara kata dan perbuatan, antara harapan dan kenyataan sebagai bentuk keimanan seseorang. *Kedelapan*, Kesabaran. Puasa melatih kesabaran kita Dalam kehidupan yang serba kekurangan, kita mudah panik dan dikendalikan oleh emosi. Kesabaran merupakan modal untuk terus menjalani kehidupan secara baik sesuai dengan jalan yang ditujukkan Allah. Jika kesabaran ini bisa kita resapi maka kesulitan dapat kita lalui dengan mudah. Itulah sebagian mutiara pendidikan karakter yang diajarkan dalam ibadah puasa. Selamat berpuasa, semoga menjadi pribadi yang berkarakter mulia. *Amin*.***

8

Ramadhan Nutrisi Hati dan Jiwa

Oleh: **WAJIDI SAYADI**

MENGAPA puasa di bulan Ramadhan? Bukan di bulan Rabi'ul Awal, bulan Muharram, atau di bulan-bulan lainnya? Jawabannya, karena dalam sejarahnya bulan Ramadhan adalah moment yang digunakan orang-orang Arab istirahat dari semua aktivitas peperangan, waktu gencatan senjata dan digunakan untuk waktu mengasah seluruh peralatan tempur, waktu mengasah dan mempertajam pedang, tombak, anak panah, dan peralatan lainnya. Dalam konteks inilah, maka puasa diwajibkan di bulan ramadhan dengan harapan puasa dapat mengasah dan mempertajam hati dan jiwa sebagaimana mengasah peralatan tempur.

Puasa tidak hanya secara formal, sekedar menahan diri untuk tidak makan dan tidak minum pada siang hari. Akan tetapi sesungguhnya lebih kepada untuk mengasah, mempertajam, dan mencerahkan hati dan jiwa. Takwa sebagai tujuan puasa tidak mungkin terwujud, kalau hati masih kabur dan kotor, masih ada dendam, iri hati, buruk sangka, banyak debu dan karatannya, kalau jiwa masih gelisah

dan bimbang dengan pengaruh egoisme duniawi berupa duit, jabatan, kekuasaan, dan segala macam assesorisnya. Sangat ironi dan menyedihkan ketika beberapa Pekerja Seks Komersial (PSK) diwawancarai oleh jurnalis, bagaimana aktivitasnya selama bulan ramadhan? Para PSK menjawab, kita istirahat dan tidak melayani tamu dan pelanggan karena puasa dan menghormati bulan Ramadhan. Insya Allah, lepas lebaran, kita kembali beroperasi melayani tamu dan pelanggan seperti biasa. *Astaghfirullh*! *Na'udzu billahi min dzalika*! Bagi mereka puasa hanyalah sebatas tidak makan dan tidak minum serta tidak melakukan hubungan seksual pada siang hari. Puasa mereka secara syariat sah selama terpenuhi rukun dan syaratnya, tapi secara substansial dan fungsional, puasanya nihil atau kosong belum berpengaruh pada kualitas pencerahan dan penajaman hati dan jiwa. Padahal, hati dan jiwa inilah yang sesungguhnya harus benar-benar dijaga dan dipuasakan. Itulah sebabnya dalam ilmu tasawuf, tidak cukup hanya sibuk dalam urusan syariat, tapi harus diiringi ma'rifat dan hakekat. Syekh Muhammad Amin al-Kurdi dalam kitabnya *Tanwir al-Qulub* sebagaimana juga kata imam al-Qusyairi, *asy-Syari'ah bila haqiqah 'athilah wa al-Haqiqah bila syari'ah bathilah* (syariat tanpa hakekat adalah kosong/nihil. Hakekat tanpa syariat adalah batil).

Mengapa hati dan jiwa perlu diasah dan dipertajam? Karena hati dan jiwa yang banyak "berkarat dan tumpul" terutama sekarang ini. Kebanyakan sibuk dengan urusan-urusan dunia dan segala macam assesorisnya yang justru banyak memperkarat dan menumpulkan hati dan jiwa. Padahal hati dan jiwa inilah yang sesungguhnya banyak berkomunikasi dan kontemplasi dengan Allah. Bagaimana mungkin bisa merapat dan berkomunikasi secara intens dan aktif dengan Allah yang maha suci, kalau hati tidak suci. Hal ini ditegaskan dalam al-Qur'an, "... *kecuali orang-orang yang datang menghadap Allah dengan hati yang bersih*," (QS. Asy-Syu'ara, 26: 89). Hati yang bersih inilah yang kemudian menyebabkan jiwa akan semakin tenang dan damai. Jiwa

inilah yang secara langsung dipanggil oleh Allah. “Hai jiwa yang tenang (*nafs al-muthma’innah*). Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jamaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku. (QS. Al-Fajr, 89: 27-30).

Dalam al-Qur’an surat as-Sajdah (S. 32) ayat 7, 8, dan 9 bahwa manusia pada awalnya diciptakan dari tanah, lalu disempurnakan dengan ditiupkannya ruh ke dalam tubuhnya. Tanah merupakan simbol dari sesuatu yang rendah dan hina. Sedangkan ruh adalah simbol ketinggian dan kemuliaan. Pemenuhan terhadap kebutuhan jasmani dari unsur tanah lebih dominan, misalnya terlalu banyak makan alias rakus, banyak pemenuhan syahwat, dan lain-lainnya, inilah yang menarik dan membawa manusia ke posisi yang rendah dan hina. Banyak orang yang karirnya lumayan bagus, tapi karena terlalu banyak menuruti selera nafsu dan syahwatnya, maka ia jatuh ke tempat yang rendah dan hina, minimal misalnya ke tempat penahanan Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK). Sebaliknya, apabila mau menapaki dan berada pada posisi yang tinggi dan mulia, maka harus lebih banyak dan dominan pada pemenuhan kebutuhan rohani, dengan akal, *fuad* (jamaknya *af’idah*), *lubb* jamaknya *albab*, qalbu, nafs (jiwa), dan ruh yang bersih, tenang dan damai. Dalam bahasa tasawuf al-Ghazali, hati diibaratkan dengan kaca atau cermin. Apabila banyak debu atau kotoran yang menempel padanya, maka cermin itu akan kabur sehingga tidak tampak diri orang yang bercermin. Artinya, apabila hati kabur dan kotor dengan dosa, maka kebenaran tidak tampak, justru pembenaran terhadap diri sendiri yang selalu tampak. biasanya yang salah dianggap benar, dan yang benar dianggap salah. Dalam hadis, Rasulullah SAW. bersabda: “Apabila seorang hamba melakukan dosa, maka titik noda akan menempel di hatinya. Semakin banyak dosa, semakin banyak pula titik yang menempel dan menutupi hati. (HR. Tirmidzi).

Dalam bulan Ramadhan inilah akal, *fuad/af’idah*

(hati), *lubb/albab* (hati), *qalbu* (hati), jiwa (nafs), dan ruh perlu diasah, dipertajam, dan dicerahkan dengan ibadah puasa. (*Fuad*, *albab*, dan *qalbu* selalu diterjemahkan dengan hati, padahal ketiganya berbeda). Hanya saja puasa belum cukup, perlu nutrisi lainnya berupa (1) *qiyam al-lail* termasuk tarawih, witir, tahajjud, dan shalat sunnat lainnya. (2) dzikr, selain bacaan dzikir, misalnya *la ilaha illallah*, juga termasuk *asmaul husna*, menghayati dan mengerti perintah dan larangan Allah itu juga dzikir, termasuk mengingat nikmat Allah adalah dzikir. (3) bacaan al-Qur'an merupakan ruh (menghidupkan) dan *syifa'* (obat dan penyembuh). (4) istighfar adalah kembali kepada Allah setelah menjauh dari-Nya, (5) berdoa berarti membutuhkan dan menempelkan diri kepada Allah, (6) shalawat wujud asli kecintaan, (7) menyantuni anak yatim dan orang-orang yang lemah akan menghilangkan kesombohan dan keangkuhan sebagai penyakit hati. Semoga dengan nutrisi hati dan jiwa tersebut di bulan Ramadhan, puasa kita semakin berkualitas dan sampai pada tujuan yang diharapkan. *Amin*..***

9

Ramadhan Bulan Kepedulian Sosial

Oleh: **ANA ROSILAWATI**

SEBAGAI umat yang beriman, kehadiran bulan Ramadhan selalu disambut dengan perasaan bahagia, penuh suka cita, karena bulan Ramadhan merupakan bulan yang penuh keberkahan, bulan diturunkannya Al-Quran, bulan yang penuh dengan ampunan, bulan kesabaran dan bulan pendidikan (syahru al-tarbiyah) bagi manusia. Dimaknai sebagai bulan pendidikan sebagaimana ditegaskan dalam al-Quran surah al-Baqarah ayat 183 : "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan aatas kamu berpuasa sebagaimana yang diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa."

Dari ayat tersebut di atas, dapat dimaknai bahwa puasa Ramadhan merupakan usaha yang diniati secara sengaja untuk melakukan perubahan perilaku dari manusia

beriman menjadi manusia yang bertaqwa. Nilai yang sangat mendasar dari ibadah puasa adalah meraih taqwa, yaitu suatu kesadaran pada diri seseorang yang senantiasa menghadirkan Allah SWT kapan pun dan di mana pun berada. Allah SWT menyediakan bulan Ramadhan sebagai madrasah bagi kaum beriman untuk memusatkan dirinya mengisi ulang (recharge) keimanan dan taqwa sebagai sarana pembangunan karakter yang menjadi pusat kendali arah bagi pembangunan fisik dan sumber daya manusia muslim.

Sebagai bulan tarbiyah (pendidikan), bulan Ramadhan lewat ibadah puasanya mengajarkan kita akan nilai-nilai positif yang dapat kita praktekkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu nilai yang dapat dipetik dari puasa Ramadhan adalah bahwa dengan berpuasa kita dapat mengembangkan kecerdasan emosi. Sesuai hakikat puasa yaitu menahan diri dan menahan hawa nafsu, puasa mendidik manusia agar dapat melakukan pengendalian diri (self control) dan pengaturan diri (self regulation). Kecerdasan emosi meliputi rasa empati, motivasi diri (self motivation) dan kecakapan social, bergaul dan berinteraksi dengan orang lain (social skill). Ketika seseorang sedang berpuasa, ia merasakan haus dan lapar sebagaimana yang dirasakan oleh orang-orang miskin. Dari situlah ia turut merasakan betapa tidak enaknya menjadi orang-orang yang serba kekurangan hidup dalam penderitaan dan kesedihan.

Dari lapar dan dahaga, kita dapat merasakan penderitaan mereka yang hidup di garis kemiskinan, tidur di kolong jembatan, berselimut dinginnya angin malam. Ini adalah suatu sistem, cara praktis melatih kasih saying, jiwa dan nurani manusia. Adakah cara yang paling efektif untuk melatih empati kita? Bukankah kita tahu bahwa selalu ada dua sistem yang saling terkait, yang melihat dan yang buta,

yang cendikia dan yang awam, yang kaya dan yang miskin. Jika cinta antara orang kaya yang lapar terhadap orang miskin yang lapar tercipta, maka untaian hikmah kemanusiaan akan tercipta di antara keduanya. Orang yang berpunya dan hatinya selalu diasah dengan puasa, maka telinga jiwanya mendengar suara sang fakir yang merintih.

Selain sebagai bulan tarbiyah, Ramadhan juga dikenal sebagai bulan kepedulian sosial. Apa yang dimaksud dengan kepedulian social? Kepedulian social adalah perasaan bertanggung jawab atas kesulitan yang dihadapi oleh orang lain di mana seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu guna mengatasinya. Kepedulian social dalam kehidupan bermasyarakat lebih kental diartikan sebagai perilaku baik seseorang terhadap orang lain di sekitarnya.

Kepedulian sosial, terutama kepada orang-orang yang lemah secara ekonomi, saat ini terasa semakin diabaikan, apalagi di kota-kota besar seperti Jakarta. Orang-orang mampu sibuk dengan karirnya, bisnisnya atau sibuk mementingkan kehidupan sendiri, sehingga terlena dan akhirnya lalai dengan kepedulian sosialnya. Padahal Islam sebagai agama rahmatan lil'alamin memberikan petunjuk-petunjuk berinteraksi sosial dan mengatur hak-hak individu dengan yang lain. Ajaran kasih sayang, kewajiban zakat, anjuran berinfaq dan bersedekah, petunjuk agar saling tolong menolong dalam kebaikan dan taqwa, ajaran persaudaraan, dan perintah berlaku adil adalah merupakan ajaran-ajaran kepekaan dan kepedulian sosial.

Bagaimana cara pembentukan sikap dan perilaku kepedulian social? Sikap dan perilaku kepedulian social bukanlah pembawaan, tetapi dapat dibentuk melalui pengalaman dan proses belajar, dapat dilakukan melalui tiga model, yaitu: pertama, Mengamati dan meniru perilaku peduli social orang-orang yang diidolakan; kedua, Melalui

proses pemerolehan informasi verbal tentang kondisi dan keadaan sosial orang yang lemah sehingga dapat diperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang apa yang menimpa dan dan dirasakan oleh mereka dan bagaimana harus bersikap dan berperilaku peduli pada mereka; dan ketiga, melalui penerimaan penguat (*reinforcement*) berupa konsekwensi logis yang akan diterima seseorang setelah melakukan kepedulian sosial

Dengan berpuasa, manusia dididik untuk menjadi pribadi yang mau peduli terhadap sesama. Hal ini digambarkan, setiap orang yang berpuasa diwajibkan untuk mengeluarkan zakat fitrah. Harta zakat sebagai alat bantu pengentasan masalah sosial, telah ditetapkan untuk didistribusikan kepada delapan asnaf yang di antaranya adalah fakir dan miskin, yaitu dua kelompok manusia yang berciri khusus tidak mampu memenuhi kebutuhan dasarnya, baik sebagai makhluk hidup yang berarti perlu pangan dan kesehatan, dan sebagai makhluk sosial yang butuh sandang, papan, dan pasangan (zawj/zawjah).

Selain berfungsi untuk mensucikan diri sendiri *(tazkiyat al-nafs)*, zakat juga bermakna agar orang yang berpuasa mempunyai kepedulian terhadap orang-orang yang tidak mampu. Dengan berpuasa, umat Islam akan merasakan bagaimana penderitaan orang-orang miskin, sehingga mampu melahirkan kepekaan sosial untuk saling berbagi kepada sesama, menolong dan membantu yang membutuhkan. Selain zakat fitrah, juga diingatkan untuk mengeluarkan zakat maal. Meskipun zakat *maal* tidak harus dikeluarkan pada bulan Ramadhan, setidaknya umat Islam diingatkan untuk mengeluarkan kewajibannya. Selain itu, memberikan infaq, shadaqah pada bulan Ramadhan sangat dianjurkan karena memiliki pahala yg berlipat ganda. Semoga.***

10

Puasa dan Pembentukan Masyarakat Islami

Oleh **JATRIANA**

TERWUJUDNYA kehidupan yang baik berdasarkan nilai-nilai Islam adalah visi yang dicitacitakan oleh seorang muslim sejati. Persoalannya adalah bahwa kehidupan yang baik dan Islami itu tidak akan dapat terwujud kecuali jika terlebih dahulu kehidupan pribadi dan keluarga telah mejadi baik dan islami. Karena itulah, agama Islam memberikan perhatian yang serius pada ihwal pembentukan pribadi, keluarga, dan masyarakat yang Islami. Tulisan ini akan mengelaborasi integrasi atau keterhubungan antara ibadah puasa dengan pembentukan pribadi, keluarga, dan masyarakat yang Islami.

Pribadi Islami

Kepribadian yang Islami adalah pribadi yang bertaqwa. Indikator adanya ketaqwaan dalam diri seseorang adalah adanya kesadaran bahwa dirinya selalu merasa diawasi oleh

Allah SWT. Perasaan diawasi oleh Allah menjadi begitu penting dalam kehidupan seorang muslim karena dengan demikian dia tidak berani menyimpang dari jalan dan ketentuan-ketentuan Allah, hal ini karena setiap perbuatan manusia ada pertanggung-jawabannya dihadapan Allah, kebaikan dan keburukan yang dilakukannya untuk dirinya sendiri. Allah SWT berfirman yang artinya : *Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggungan jawabnya.* (QS 17:36). Sementara pada ayat yang lain Allah SWT berfirman yang artinya : *Pada hari ini Kami tutup mulut mereka; dan berkatalah kepada Kami tangan mereka dan memberi kesaksianlah kaki mereka terhadap apa yang dahulu mereka usahakan.* (QS 36:65).

Di antara jalan untuk membentuk pribadi yang bertaqwa adalah melalui ibadah puasa. Hal itu jelas disebutkan secara ekspisit dalam al-Qur'an Surat al-Baqarah ayat 183 bahwa buah dari dari kepatuhan menjalankan kewajiban berpuasa tidak lain adanya harapan supaya menjadi orang yang bertakwa sebagaimana firman Allah SWT yang artinya : *Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa, (QS 2:183).* Ibadah puasa melatih kita untuk selalu dalam pengawasan Allah, menghargai waktu, disiplin dan sebagainya, sehingga dari ibadah ini insya Allah akan kita capai perbaikan keislaman diri ke arah yang lebih baik dan terus menunjukkan ketundukan kepada Allah Swt hingga akhir hayat.

Keluarga Islami

Keluarga Islami adalah keluarga yang anggota-anggota bukan hanya status keagamaannya sebagai muslim, tapi juga dapat menunjukkan keislaman dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam hubungannya kepada Allah Swt maupun dengan sesama anggota keluarga dan tetangganya.

Dari sini akan terpancar sinar kemuliaan keluarga dalam kehidupan masyarakat, karena dari keluarga yang islami itulah akan terwujud nantinya masyarakat yang islami. Oleh karena itu menjadi penting bagi setiap muslim untuk memperbaiki dan menata keluarga dengan sebaik-baiknya.

Dalam konteks bulan Ramadhan, memperbaiki keislaman keluarga bisa kita lakukan dengan lebih menkondisikan suasana pengamalan ajaran Islam dalam keluarga seperti *tadarrus* dan *tadabbur* (membaca, mengkaji dan merefleksikan Firman Allah SWT) Al-Qur'an, sahur bersama, buka puasa bersama, tarawih bersama yang disertai ceramah dan memperkokoh hubungan dengan sesama anggota keluarga karena suasana kumpul bersama keluarga di rumah pada bulan Ramadhan relatif lebih banyak sehingga tercipta keakraban dan keharmonisan hubungan antar keluarga yang berdampak sangat positif dalam upaya memperbaiki keislaman anggota keluarga.

Ramadhan boleh dikata sebagai momentum yang sangat baik untuk memperbaiki keislaman anggota keluarga. Misalnya anggota keluarga yang belum bisa membaca Al-Qur'an bisa kita kontrol dan kita tumbuhkan atau kita tingkatkan kemampuannya membaca Al-Qur'an, begitu juga dengan pemahaman dan pengamalannya. Memperbaiki keislaman keluarga merupakan tanggung jawab kita bersama, khususnya bagi seorang suami atau bapak, maka seorang bapak harus memperbaiki keislaman dirinya terlebih dahulu baru memperbaiki keislaman keluarganua. Keluarga harus kita islamisasikan karena azab Allah sangat pedih bagi siapa saja yang tidak bertaqwa kepada-Nya, Allah SWT berfirman yang artinya : *Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan. (QS 66:6).*

Masyarakat Islami

Minimal ada ada empat ciri masyarakat Islami yang harus kita tegakkan. Pertama, masyarakat yang bersaudara antar satu dengan lainnya. Masyarakat yang tidak mempersoalkan orang asing atau pribumi, dikenal atau belum, penduduk asli atau pendatang, yang penting adalah ketaqwaannya kepada Allah SWT. Kedua, Masyarakat yang tidak mengenal konflik dan pertentangan, hal ini karena konflik dan pertentangan biasanya terjadi karena ada kesenjangan yang salah satunya adalah kesenjangan ekonomi dan masyarakat Islam tentu menunaikan zakat, infak dan shadaqah. Karena itu, dengan zakat yang ditunaikan secara baik, akan terjembatani jarak yang memisahkan antara yang kaya dengan yang miskin. Manakala konflik dan pertentangan antar sesama anggota masyarakat sudah bisa diatasi atau diselesaikan, niscaya masyarakat itu akan menjelma menjadi masyarakat yang kuat meskipun sebenarnya potensinya lemah, sedangkan masyarakat yang sebenarnya memiliki potensi yang besar tetap saja akan menjadi lemah bila masih saja mengembangkan konflik dan pertentangan. Ketiga, masyarakat yang bersungguh-sungguh dalam kebaikan termasuk dalam mencari kebutuhan ekonomi yang halal bagi diri dan keluarganya merskipun dengan susah payah dalam memperolehnya. Keempat, masyarakat yang terhormat, yakni masyarakat yang memiliki *izzah*, kemuliaan atau harga diri, baik dalamn kaitan dengan mencari harta, melapiaskan keinginan seksual maupun dalam menjalin hubungan dengan sesama manusia. Citra diri merupakan sesuatu yang selalu dijaga dan dipertahankan. Dengan demikian jelaslah bahwa terbentuknya pribadi, keluarga dan masyarakat yang islami merupakan suatu kebutuhan bagi proses perwujudan kehidupan dunia yang aman, adil dan sejahtera. *Wallahu'alamu Bishawab.****

11

“Puasanya” Para Pemimpin

Oleh: **ISMAIL RUSLAN**

“Wahai orang-orang yang berimana, diwajibkan atas kamu berpuasa, sebagaimana orang-orang sebelummu, agar kamu bertaqwa” (Al-Baqarah:183).

PARA ulama menjelaskan bahwa ayat tersebut merupakan perintah Allah SWT yang hanya ditujukan kepada orang-orang yang beriman untuk berpuasa pada bulan ramadhan. Keimanan yang ditunjukkan seorang mukmin dengan berpuasa dan menjalankan ibadah lainnya selama bulan ramadhan dijanjkan oleh Allah akan memperoleh ketaqwaan dan keridhaanNya. Allah menjanjikan kemuliaan bagi orang yang bertaqwa adalah dengan derajat istimewa yang tidak diberikan kepada semua makhluk, kecuali orang yang bertaqwa.

Dalam ayat yang lain, Allah menjelaskan keistimewaan orang yang bertaqwa kepada Allah SWT yakni akan dikelu-

arkan dari kesulitan, kesempitan dan kegelisahan dalam dirinya. Namun tidak semua manusia memperoleh keistimewaan tersebut. Mengapa demikian ? Karena proses menuju taqwa tidak mudah dan penuh tantangan, sekalipun ia seorang pemimpin agama, pemimpin bangsa.

Para pemimpin akan memperoleh derajat muttaqin jika mampu mengendalikan hawa nafsu, keserakahan, dan kedzaliman. Para pemimpin umumnya sukses jika diuji pada saat hidupnya dalam kekurangan dan keterbatasan. Namun ketika diuji oleh Allah dengan kesuksesan, kekayaan dan kekuasaan tidak mampu bertahan di jalan Allah, dan banyak yang terjerumus dalam kesesatan dan melupakan sang KhalikNya. Puasa mengajarkan kepada para pemimpin untuk menghilangkan semua sifat jahat di dalam hatinya.

Orang yang bertaqwa juga akan diberi Allah rezeki, kenikmatan dari sumber yang tidak pernah diduga-duga atau kalkulasi manusia. Berbeda dengan konsep rasionalitas yang berakar pada pemikiran positivisme cenderung mengingkari pemikiran teologis dan digolongkan sebagai pemikiran tidak ilmiah.

Bagi orang beriman "kekuasaan Allah" adalah mutlak, manusia tidak berdaya terhadap kehendak Allah, termasuk dalam memberikan rezeki dan kenikmatan kepada manusia. Bagi orang yang berpuasa dengan dasar iman dan ketaqwaan, maka akan dimudahkan oleh Allah segala urusannya baik di dunia dan diakherat.

Puasanya Pemimpin

Secara normatif, Al-Qur'an memerintahkan kepada umat Islam untuk beruasa selama 1 bulan (ramadhan). Namun spirit ramadhan mestinya selalu hadir dalam diri muslim pada 11 bulan berikutnya, bahkan sepanjang hidupnya. Bulan ramadhan sebagai "madrasah" bagi segenap umat Islam termasuk pemimpin.

Perintah untuk berpuasa telah mengajarkan bagi pemimpin untuk hidup dalam kesederhanaan, kedermawanan, kesabaran dan keikhlasan. Pemimpin-pemimpin yang berpuasa atau ketika selesai melaksanakan puasa ramadhan akan memancarkan sifat-sifat tersebut.

Pemimpin yang berpuasa, pasti terjadi perubahan dalam dirinya. Puasa akan menghilangkan sifat dan sikap tercela, seperti cinta kemewahan, bergelimang keserakahan, hidup selalu mendzalimani kepada rakyat yang dipimpinnya.

Pemimpin yang berpuasa akan disinari sifat kasih sayang kepada fakir miskin, anak-anak yatim, kaum dhuafa', dan rakyat yang dipimpinnya.

Bagi pemimpin baik dilegislatif, eksekutif, yudikatif, ataupun di lembaga pendidikan, wajib mengkaji dan mentauladani sikap Khalifah Umar bin Khattab dalam memperlakukan rakyat yang dipimpinnya saat itu.

Umar dikenal luas sangat dekat dengan rakyatnya, dan tahu betul kesulitan dan penderitaan mereka. Sebagai pemimpin, Umar ra., selalu mengunjungi rakyatnya setiap saat, dimanapun dan kapanpun. Sehingga solusi yang diberikan kepada rakyatnya tepat sasaran.

Diriwayatkan Umar bin Khattab, satu ketika mengunjungi rakyatnya malam hari, dan tiba pada satu tempat di Madinah. Khalifah melihat sebuah kemah yang apinya terus menyala, penasaran, Umar mendekati kemah tersebut dan mendapati seorang perempuan tua yang dikelilingi anak-anak kecil dan terus menangis.

Umar bertanya:"mengapa anak-anak ini menangis"?Ibu tua ini menjawab: "anak-anak ini belum makan dan kelaparan". Khalifah penasaran dan bertanya lagi: "Apa yang anda masak di dalam periuk itu"? Ibu renta ini sedih dan menjelaskan: " Saya memasak air, agar anak-anak ini diam hingga mereka tertidur".

Mendengar jawaban ini, khalifah Umat *radhiyallahu 'anhu* "terpukul", dan sedih. Umar ra., pun bergegas pulang

menuju Baitul Maal untuk mengambil tepung dan minyak. Bahkan diriwayatkan bahwa khalifah Umar *radhiyallahu 'anhu,* memikul sendiri tepung dan minyak tersebut, beliau berkata: "siapapun tidak akan dapat menggantikan untuk memikul dosa-dosa di hari kiamat".

Sesungguhnya pola kepemimpinan khalifah Umar bin Khattab yang selalu mengunjungi rakyatnya untuk mengetahui kesulitan mereka merupakan tradisi kepemimpinan para rasul.

Allah mendeskrip tradisi tersebut di dalam surah Al-Furqon ayat 20: "Dan Kami tidak mengutus rasul-rasul sebelummu, melainkan mereka sungguh memakan makanan dan berjalan di pasar-pasar. Dan Kami jadikan sebahagian kamu cobaan bagi sebahagian yang lain. Maukah kamu bersabar? Dan adalah Tuhanmu maha melihat.

Spirit puasa ramadhan bagi pemimpin di semua lapisan masyarakat merupakan momentum perubahan untuk selalu mengutamakan kepentingan rakyat yang dipimpinnya.

Sifat kepemimpinan feodalistik yang selalu minta dilayani oleh bawahan, hanya menunggu laporan dan menjadikan "istananya" sebagai menara gading, sudah seharunya ditinggalkan. Masyarakat tidak lagi membutuhkan pemimpin seperti itu. Masyarakat merindukan pemimpin yang mampu berpuasa atas segala sifat keserakahan, kedzaliman, dan hanya berorientasi nepotisme, dan kolutif, serta koruptif. *(Wallahu A'lam). ****

Bagian Lima

Agar Ibadah Ramadhan Tidak Sebatas Seremonial

1

Al-Qur'an Nyata di Dada Bukan di Teks

Oleh: **HAMKA SIREGAR**

SECARA umum bulan ramadhan dikenal sebagai bulan puasa karena pada bulan ini kaum muslimin diperintahkan melaksanakan ibadah puasa. Tetapi, di samping sebagai bulan puasa, ramadhan dikenal juga sebagai bulan al-Qur'an karena al-Qur'an turun pada bulan ini. Dengan demikian, kemuliaan bulan ini terkait dengan dua hal. *Pertama* ramadhan sebagai bulan tarbiyah atau pendidikan. *Kedua,* ramadhan sebagai bulan al-Qur'an.

Sebelum membahas lebih lanjut tentang al-Qur'an, —tulisan ini akan mencoba membahas sisi yang berbeda dari pembahasan-pembahasan al-Qur'an pada umumnya—perlu dipahamkan terlebih dahulu tentang wujud atau benda dari al-Qur'an yang akan diperbincangkan. Sebab, tanpa mengenal

wujud atau benda yang diperbincangkan, perbincangan akan terperangkap pada keterangan dan wacana semata; *absurd*. Al-Qur'an dalam perspektif tulisan ini, lebih ditekankan sebagai *ayat* atau tanda. Artinya, al-Qur'an yang dimaksud di sini tidak semata-mata teks atau tulisan yang dapat dibaca atau diraba sebagaimana telah terdokumentasikan dengan baik di dalam kitab al-Qur'an. Al-Qur'an yang dimaksud dalam tulisan ini melampau teks atau tulisan. Berkaitan dengan pembahasan al-Qur'an ini, terdapat kata-kata yang hampir mirip seperti: Qur'an, al-Qur'an, ayat al-Qur'an dan kitab al-Qur'an. Untuk mengenalinya perlu ada kategori atau semacam pengelompokan pengertian sehingga tidak tumpang tindih pemahaman. Umumnya, wujud atau bendanya dipahami tunggal, yaitu kitab al-Qur'an. Padahal, sesungguhnya, meskipun bunyinya nyaris sama tetapi menghendaki makna yang berbeda dan berimplikasi terhadap pemahaman dan keyakinan agama. Para pakar Tafsir hampir-hampir mengabaikannya. Padahal, penjelasan pengertian masing-masing sangat penting karena menentukan *attitude* atau cara berpikir dan cara bersikap terhadap kitab suci ini. Oleh karena itu, menarik untuk membincangkan seputar Qur'an, al-Qur'an, ayat al-Qur'an dan Kitab al-Qur'an.

Pertanyaannya: apa itu al-Qur'an? Sebahagian besar orang,—untuk tidak mengatakan semuanya—akan menjawab dan menunjuk kepada kitab al-Qur'an. Kenapa? Karena keterangan dan penjelasan selama ini, setiap menyebut al-Qur'an, kata tersebut selalu me-*refer* atau merujuk kepada kitab al-Qur'an, tidak ada yang lain. Jika yang dimaksud bahwa satu-satunya al-Qur'an adalah kitab al-Qur'an, tidak terelakkan akan timbul pertanyaan lanjutan. Pertanyaannya: apakah al-Qur'an diturunkan dalam bentuk tulisan atau kitab? Jika dilacak ke dalam sumber-sumber sejarah Islam, dapat dipastikan bahwa kitab suci ini tidak turun dalam bentuk tulisan. Oleh karena itu, pendapat atau

pandangan yang menyebutkan bahwa wujud atau benda dari al-Qur'an adalah kitab al-Qur'an mengandung problem pemahaman. Artinya, pemahaman tersebut bertolak belakang dengan keterangan sejarah dan keterangan ayat. Sebagaimana diterangkan di surat al-'An'am (6): 7 berbunyi: *Dan kalau Kami turunkan kepadamu tulisan di atas kertas, lalu mereka dapat menyintuhnya dengan tangan mereka sendiri, tentulah orang-orang kafir itu berkata: "Ini tidak lain hanyalah sihir yang nyata".* Ayat ini memastikan bahwa al-Qur'an tidak turun dalam bentuk teks, dokumen atau tulisan. Dengan demikian, kalau pun saat ini, al-Qur'an didapati tertulis dalam bentuk mushaf, lebih merupakan "karya" sahabat Nabi. Itulah sebabnya kitab al-Qur'an yang sekarang menjadi rujukan standar umat Islam bernama Mushaf Usmani.

Kisahnya, sebagaimana banyak diceritakan dalam buku-buku sejarah kenabian Muahammad Saw, satu ketika Jibril—sosok yang senantiasa dikaitkan dengan kerasulan dan wahyu—mendatangi Muhammad yang sedang ber-*khalwad* atau bertapa di Jabal Nur. Kedatangan Jibril ini, bukan untuk meronda atau melihat-lihat aktifitas Muhammad di gunung yang tandus ini, tetapi menyampaikan sesuatu yang penting, yaitu menyampaikan wahyu dari Allah Swt. Kisah Muhammad jumpa Jibril inilah yang menjadi titik awal karir kerasulan Muhammad dan menjadi tonggak sejarah *ad-din al-Islam.*

Pewahyuan bukanlah aktifitas biasa. Meskipun dalam beberapa keterangan ayat, Tuhan juga memberikan wahyu kepada binatang, seperti Lebah (16): 68 berbunyi: *Dan Tuhanmu mewahyukan kepada lebah: "Buatlah sarang-sarang di bukit-bukit, di pohon-pohon kayu dan di tempat-tempat yang dibikin manusia".* Tetapi, umumnya wahyu lebih diproyeksikan sebagai penanda kerasulan. Oleh karena itu,

setiap kerasulan senantiasa ditandai dengan wahyu sebagai *guide* atau penuntun arah. Dalam konteks ini, Muhammad sebagai bagian mata rantai kerasulan, bahkan menempati posisi yang istimewa, yaitu memiliki pangkat Rasulullah sebagaimana termaktub dalam surat al-Ahzab (33): 40 — Rasul-rasul Allah yang lain, semuanya berpangkat 'Alaihi as-Salam (AS)—tentu memiliki relasi atau kontak yang konstan dengan sumber wahyu. Peristiwa Jabal Nur atau Gua Hira ini menunjukkan konstansi tersebut sehingga kerasulan menjadi nyata.

Persoalannya, sebagaimana diulas di atas, wahyu tersebut tidak turun dalam bentuk tulisan atau dokumen tetapi turun dalam bentuk "kalam". Kalam di sini bukanlah sejenis suara sebagaimana didengar dan diapresiasi pada situasi normal, tetapi merupakan citra yang terbit dari kedalaman hati, membawa insprirasi kemudian menyata pada lisan Muhammad. Oleh karena itu, wahyu baru dapat diketahui dan terdeteksi ketika lisan Muhammad menyatakan wahyu. Jika lisan Muhammad tidak berujar, maka wahyu hanya bersifat laten atau terpendam. Kalam Muhammadlah yang menjadi wasilah atau media untuk menyatakan wahyu. Seandainya Muhammad diam dan tidak berkata-kata, wahyu tidak eksis dan tidak diketahui. Keberadaan wahyu yang laten tersebut, sejalan dengan keterangan ayat dalam surat al-Baqarah (2): 97 yang berbunyi: *Katakanlah: "Barang siapa yang menjadi musuh Jibril, maka Jibril itu telah menurunkannya (al-Qur'an) ke dalam hatimu dengan seizin Allah…"*. Merujuk kepada ayat ini, sejatinya al-Qur'an itu ada di hati atau di dada Muhammad, tidak ditempat yang lain. Dengan demikian, al-Qur'an itu bersifat internal atau menyatu; *embodied*. Maka, dapat dipahami jika terdapat keterangan hadis yang menyebutkan bahwa Muhammad adalah al-Qur'an berjalan.

Sampai pada titik pemamahaman ini, al-Qur'an sesungguhnya bukanlah sebuah teks atau tulisan sebagaimana dipersepsikan sebahagian besar orang. Kata *Qur'an* tidak ditemukan *wazan*-nya kecuali kata bentukan dari kata *qara'a* menjadi *qur'anan*. Dengan demikian, kata *Qur'an* masuk dalam kategori *masdar sima'i* yang tidak sepenuhnya tepat diartikan dengan bacaan. Dalam konteks ini, Qur'an adalah sesuatu yang abstrak, baru dapat dikenali ketika dia menyata pada kalam Muhammad dan kemudian dapat diindra dengan alat pendengaran. Itulah sinyalemen dari surat at-Takwir (81):19 yang berbunyi: *"Sesungguhnya, al-Qur'an itu adalah perkataan Rasul yang mulia".* Oleh karena itu, perkataan Rasul itulah yang dimaksud bahwa Qur'an diturunkan dalam bahasa Arab. Artinya, Qur'an tersebut baru dikenali dan diketahui ketika dia menyatakan dirinya ke dalam suatu objek tertentu yang, dalam konteks ini, bahasa Arab. Jadi, yang didengar dan diidentifikasi adalah Qur'an yang Arab, bukan Qur'an itu sendiri. Ketika Qur'an menyatakan dirinya pada kalam Muhammad, sejumlah orang mendengarnya —dalam hal ini adalah para sahabat Nabi—kemudian menuliskannya dan mendokumentasikannya. Sebagaimana direkam oleh sejarah, proses pendokumentasian tersebut tertuang di dalam lembaran-lembaran kulit binatang maupun pada kulit-kulit kayu. Kemudian hari, karena tuntutan sejarah, tulisan-tulisan tersebut dihimpun dan dituangkan ke dalam kitab al-Qur'an seperti yang dikenal sekarang ini. Lebih lanjut, silakan di baca karya Dr. Syarif, MA berjudul: Wujud Di Balik Teks.

Apa sebenarnya inti yang ingin disampaikan dengan tulisan ini? Di samping memperingati Nuzul al-Qur'an, tulisan ini juga bermaksud menyingkap penyebab terjadinya anomali atau ketidaksesuaian antara pemahaman dengan

prilaku keagamaan umat. Maksudnya, formal keagamaannya meningkat tetapi tidak mendorong munculnya kesalehan dan keadaban. Ngaji al-Qur'annya semakin bagus—jumlah orang yang *melek* al-Qur'an juga semakin banyak—tetapi faktanya, prilaku umat tidak semakin baik. Dimana letak masalahnya? Menurut hemat penulis, problem intinya ada pada *attitude* atau sikap keagamaan, termasuk terhadap al-Qur'an itu sendiri. Selama ini, al-Qur'an diletakkan di luar, yaitu pada teks dan tulisan. Al-Qur'an tidak diletakkan di dada sehingga tidak nyata pada diri. Semestinya, jika al-Qur'an ingin memancar pada setiap diri, maka dia harus diterima di dalam dada sehingga dia tidak berjarak. Inilah rahasia Muhammad yang disebut oleh hadis sebagai al-Qur'an berjalan. *Wallahu'alam!*.***

2

Meraih Nikmatnya Ramadhan dengan Bersedekah

Oleh: **LIA HALIYAH**

BERANGKAT dari statemen Muhammad Al-Ghazali bahwa salah satu hakikat ibadah adalah tidak menganggap apa yang berada dalam genggaman tangannya (kewenangannya) sebagai milik pribadinya, karena seorang hamba tidak memiliki sesuatu-pun, apa yang dimilikinya pada dasarnya adalah milik Allah Swt. Statemen ini menjadi bermakna jika kita menyadari bahwa Allah Swt adalah pemilik harta yang kita miliki. Manusia yang diamanahi harta tersebut berkewajiban untuk memenuhi aturan yang ditetapkan-Nya.

Dalam hal ini, orang yang mendapat kelebihan harta (rezki) di tuntut untuk berbagi dengan sesamanya dengan menafkahkan sebagian yang diperolehnya, sebagaimana Ayat Allah yang terdapat dalam QS. 63: 10, ”... *dan infaqkanlah sebagian dari apa yang telah Kami berikan kepadamu sebelum datang kematian kepada salah seorang diantara kamu, lalu*

ia berkata; ya Rabbi, mengapa Engkau tidak menangguhkan (kematian)ku sampai waktu yang dekat, yang menyebabkan aku dapat bersedekah dan aku termasuk orang-orang yang shaleh". Dalam Islam, menginfakkan harta bisa berupa *shadaqah wajibah* (pemberian atau sedekah yang sifatnya wajib) seperti zakat, dan *shadaqah tathawwu'* (sedekah yang sifatnya sunnah) seperti infaq, hibah, wakaf, hadiah, shadaqah jariyah, dan lain-lain.

Sedekah dalam konsep Islam memiliki arti yang luas, tidak hanya pemberian yang dalam bentuk materi, tapi juga meliputi sesuatu yang bersifat amal kebaikan, seperti menganjurkan orang lain berbuat kebaikan dan melarang berbuat kejahatan (*amar ma'ruf nahi munkar*). Rasulullah Saw telah menyatakan: *"Setiap kebaikan adalah sedekah*" (HR. Muslim). Hadis lainnya: *"Hindarilah api neraka, meskipun hanya dengan menyedekahkan sebutir kurma*..." (HR.Muslim). Mengacu pada kedua hadis tersebut, maka umat Islam (miskin, kaya, lemah, kuat) dianjurkan untuk menginfakkan hartanya (bersedekah), jika tidak mampu maka hendaknya melakukan kebaikan.

Umat Islam yang melepaskan kesusahan seseorang dengan bersedekah, maka ia akan mendapat pertolongan dan naungan Allah Swt pada saat tidak ada perlindungan selain dari-Nya. Disamping itu, Sang Pemilik harta akan selalu menolong hamba-Nya selama hamba-Nya menolong dan membantu sesama saudaranya. Membantu orang lain yang membutuhkan dengan jalan bersedekah tidak mengenal waktu. Dengan kata lain, sedekah dibolehkan setiap waktu. Akan tetapi, terdapat salah satu hadis Nabi Saw yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi, dari Anas bin Malik ra, bahwa Rasulullah Saw ditanya tentang sedekah yang paling utama, Rasulullah menjawab: Sedekah pada bulan Ramadhan. Atas dasar ini, ketika umat Islam bersedekah di bulan Ramadhan, maka ia telah melakukan sebaik-baik kebajikan. Dapat dikatakan bahwa kenikmatan orang yang bersedekah di bulan Ramadhan akan semakin terasa dengan kenikmatan ibadah puasa yang dijalaninya, bahkan berlipat ganjaran kebaikan akan diraihnya.

Orang yang gemar bersedekah, hartanya akan semakin berkah dan bertambah. Al-Qur'an al-Karim telah menyebutkan keutamaan orang yang berinfaq (bersedekah), sebagaimana disebutkan dalam QS: 2 (261): "*Perumpamaan orang-orang yang menginfaqkan hartanya di jalan Allah adalah serupa dengan sebutir benih yang menumbuhkan tujuh bulir. Pada tiap-tiap bulir, seratus biji. Allah melipatgandakan (ganjaran) bagi siapa yang dikehendaki-Nya. Dan Allah Maha Luas (karunia-Nya) lagi Maha Mengetahui*". Dengan demikian, ketika seseorang bersedekah, bukan berarti hartanya berkurang, justru semakin bertambah dengan kuasa-Nya. Apalagi jika sedekah tersebut dikeluarkan pada saat bulan Ramadhan yang memiliki banyak keutamaan dan hikmah.

Perlu dipaparkan juga bahwa ketika kita akan bersedekah (dalam bentuk materi) maka harus diperhatikan kepada siapa kita akan bersedekah atau siapa yang menjadi objek (sasaran) sedekah tersebut. Dalam hal ini, orang yang paling berhak menerima sedekah adalah keluarga / kerabat, selanjutnya fakir miskin. Jika seseorang bersedekah kepada keluarga yang membutuhkan, maka ia mendapat dua pahala yaitu pahala karena berbuat baik kepada keluarga dan pahala sedekah.

Akhirnya, perlu kiranya kita merenungi dan mengaplikasikan apa yang disampaikan Nabi Saw, ketika seseorang bertanya kepada Nabi, sedekah apa yang paling besar pahalanya? Nabi menjawab: *Sedekah yang kau berikan ketika kamu segar bugar, ketika kamu merasa enggan karena khawatir menjadi miskin dan mendambakan kekayaan. Janganlah kamu menunda-nunda sedekah sehingga nyawamu sampai di kerongkongan barulah kau katakan harta saya nanti sekian untuk ahli waris yang itu dan sekian untuk ahli waris yang ini, padahal tanpa kau katakan begitu, hartamu pasti akan menjadi milik ahli warismu.* (HR.Bukhari).

Semoga kita semua dapat meraih kenikmatan dan keberkahan Ramadhan dengan senantiasa mengaplikasikan dan membumikan nilai-nilai yang terkandung dalam sedekah.***

3

Sedekah Di Bulan Ramadhan

Oleh: **RINA MANDARA HARAHAP**

KEDATANGAN bulan Ramadhan setiap tahunnya tak henti menjadi penghibur hati orang mukmin. Bagaimana tidak, beribu keutamaan ditawarkan di bulan ini. Pahala diobral, ampunan Allah bertebaran memenuhi setiap ruang dan waktu. Salah satu cara yang disukai oleh Allah untuk meraih keuntungan besar dari bulan Ramadhan adalah melalui sedekah. Islam sering menganjurkan umatnya untuk banyak bersedekah. Dan bulan Ramadhan, amalan ini menjadi lebih dianjurkan lagi karena pahala yang diterima akan dilipat gandakan . Akhlak seorang mukmin, yaitu dermawan. Allah dan Rasul-Nya memerintahkan bahkan memberi contoh kepada umat Islam untuk menjadi orang yang dermawan serta pemurah.

Ketahuilah bahwa kedermawanan adalah salah satu sifat

Allah Ta'ala, sebagaimana hadits: *"Sesungguhnya Allah Ta'ala itu Maha Memberi, Ia mencintai kedermawanan serta akhlak yang mulia, Ia membenci akhlak yang buruk."* (HR. Al Baihaqi, di shahihkan Al Albani dalam *Shahihul Jami'*, 1744)

Dari hadits ini demikian dapat diambil kesimpulan bahwa pelit dan bakhil adalah akhlak yang buruk dan bukanlah akhlak seorang mukmin sejati. Begitu juga, sifat suka meminta-minta, bukanlah ciri seorang mukmin. Bahkan sebaliknya seorang mukmin itu banyak memberi. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw: *"Tangan yang di atas lebih baik dari tangan yang di bawah. Tangan di atas adalah orang yang memberi dan tangan yang dibawah adalah orang yang meminta."* (HR. Bukhari no.1429, Muslim no.1033)

Dahsyatnya Sedekah di Bulan Ramadhan

Salah satu sebab Rasulullah Saw memberi teladan untuk lebih bersemangat dalam bersedekah di bulan Ramadhan adalah karena bersedekah di bulan ini lebih dahsyat dibanding sedekah di bulan lainnya. Diantara keutamaan sedekah di bulan Ramadhan adalah:

1. Puasa digabungkan dengan sedekah dan shalat malam sama dengan jaminan surga.

Puasa di bulan Ramadhan adalah ibadah yang agung, bahkan pahala puasa tidak terbatas kelipatannya. Sebagaimana dikabarkan dalam sebuah hadits qudsi: *"Setiap amal manusia akan diganjar kebaikan semisalnya sampai 700 kali lipat. Allah Azza Wa Jalla berfirman: 'Kecuali puasa, karena puasa itu untuk-Ku dan Aku yang akan membalasnya.'"* (HR. Muslim no.1151)

Sedekah, telah kita ketahui keutamaannya. Kemudian shalat malam, juga merupakan ibadah yang agung, jika didirikan di bulan Ramadhan dapat menjadi penghapus dosa-dosa yang telah lalu, Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

"Orang yang shalat malam karena iman dan mengharap pahala, akan diampuni dosanya yang telah lalu." (HR. Bukhari No.37, 2009, Muslim, No. 759)

Ketiga amalan yang agung ini terkumpul di bulan Ramadhan dan jika semuanya dikerjakan balasannya adalah jaminan surga. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw: *"Sesungguhnya di surga terdapat ruangan-ruangan yang bagian luarnya dapat dilihat dari dalam dan bagian dalamnya dapat dilihat dari luar. Allah menganugerahkannya kepada orang yang berkata baik, bersedekah makanan, berpuasa, dan shalat dikala kebanyakan manusia tidur."* (HR. At Tirmidzi no.1984, Ibnu Hibban di *Al Majruhin* 1/317, dihasankan Ibnu Hajar Al Asqalani di *Hidayatur Ruwah*, 2/47, dihasankan Al Albani di *Shahih At Targhib*, 946)

2. Mendapatkan tambahan pahala puasa dari orang lain.

Kita telah mengetahui betapa besarnya pahala puasa Ramadhan. Bayangkan jika kita bisa menambah pahala puasa kita dengan pahala puasa orang lain, maka pahala yang kita raih lebih berlipat lagi. Subhanallah! Dan ini bisa terjadi dengan sedekah, yaitu dengan memberikan hidangan berbuka puasa untuk orang lain yang berpuasa. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

"Orang yang memberikan hidangan berbuka puasa kepada orang lain yang berpuasa, ia akan mendapatkan pahala orang tersebut tanpa sedikitpun mengurangi pahalanya." (HR. At Tirmidzi no 807, ia berkata: "Hasan *shahih*")

Padahal hidangan berbuka puasa sudah cukup dengan tiga butir kurma atau bahkan hanya segelas air, sesuatu yang mudah dan murah untuk diberikan kepada orang lain. *"Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam biasa berbuka puasa dengan beberapa ruthab (kurma basah), jika tidak ada maka dengan beberapa tamr (kurma kering), jika tidak ada maka*

dengan beberapa teguk air." (HR. At Tirmidzi, Ahmad, Abu Daud, dishahihkan Al Albani di Shahih At Tirmidzi, 696)

Betapa Allah Ta'ala sangat pemurah kepada hamba-Nya dengan membuka kesempatan menuai pahala begitu lebarnya di bulan yang penuh berkah ini.

3. Bersedekah di bulan Ramadhan lebih dimudahkan.

Salah satu keutamaan bersedekah di bulan Ramadhan adalah bahwa di bulan mulia ini, setiap orang lebih dimudahkan untuk berbuat amalan kebaikan, termasuk sedekah. Tidak dapat dipungkiri bahwa pada dasarnya manusia mudah terpedaya godaan setan yang senantiasa mengajak manusia meninggalkan kebaikan, setan berkata: *"Karena Engkau telah menghukum saya tersesat, saya benar-benar akan (menghalang-halangi) mereka dari jalan Engkau yang lurus."* (Qs. Al A'raf: 16)

Sehingga manusia enggan dan berat untuk beramal. Namun di bulan Ramadhan ini Allah mudahkan hamba-Nya untuk berbuat kebaikan, sebagaimana dikabarkan oleh Rasulullah Saw: *"Jika datang bulan Ramadhan, pintu surga dibuka, pintu neraka ditutup dan setan-setan dibelenggu."* (HR. Bukhari No.3277, Muslim No. 1079)

Pada realitanya kita melihat sendiri betapa suasana Ramadhan begitu berbedanya dengan bulan lain. Orang-orang bersemangat melakukan amalan kebaikan yang biasanya tidak ia lakukan di bulan-bulan lainnya. *Subhanallah*.

Adapun mengenai apa yang diyakini oleh sebagian orang, bahwa setiap amalan sunnah kebaikan di bulan Ramadhan diganjar pahala sebagaimana amalan wajib, dan amalan wajib diganjar dengan 70 kali lipat pahala ibadah wajib diluar bulan Ramadhan, keyakinan ini tidaklah benar. Karena yang mendasari keyakinan ini adalah hadits yang lemah.***

4

Belajar Dari Lapar

Oleh: **NUR HAMZAH**

"*ADA anak bertanya pada bapaknya buat apa berlapar-lapar puasa..tadarus dan tarawih apalah gunanya..lapar mengajar mu rendah hati selalu, tadarus artinya memahami kitab suci..tarawih mendekatkan diri pada ilahi".* Diantara kita barang kali sudah tidak asing dengan penggalan bait syair ini. Ini adalah lagu yang diciptakan dan dinyanyikan oleh Bimbo. Lagu ini biasanya sangat populer dan sering diputar baik di radio ataupun televisi ketika Ramadhan seperti sekarang. Lewat lagu ini Bimbo ingin menyampaikan kepada pendengarnya bahwa puasa sarat akan nilai hikmah. Tidak ada satupun yang sia-sia jika seorang muslim melakukan sesuatu di bulan Ramadhan. Terkait dengan hal tersebut, adalah sesuatu yang tak terbantah bahwa Ramadhan adalah bulan spesial bagi orang beriman. Ia dibuat khusus oleh Allah SWT agar orang beriman yang menjalankan puasa

mendapatkan hikmah, nilai dan nikmat berlipat baik saat di dunia maupun di akhirat kelak. Dalam satu pernyataan Nabi Muhammad pernah bersabda, *"jika ummat ku tahu betapa keistimewaan bulan Ramadhan, niscaya mereka meminta semua bulan adalah Ramadhan"*.

Kekayaan hikmah Ramadhan seakan tak pernah kering dikupas. Ragam kajian dilakukan oleh ustadz/ ustadzah atau pakar, baik di masjid, di kampus, di televisi, di kantor termasuk media koran seperti ini. Ramadhan menjadi trending topik, yang ditafsir dari berbagai perspektif, mulai dari tauhid, fiqh, ibadah, tasawuf, kesehatan, hikmah sosial dan lain sebagainya. Termasuk tidak mau ketinggalan para artis melalui program infotainment mengumbar kesalehannya kepada khalayak. Ramadhan bagi orang beriman dan barangkali juga bagi yang tidak berpuasa adalah barokah serta rahmat.

Diantara yang dikaji ustadz/ustadzah tentang puasa adalah hikmah menahan rasa lapar. Sebagaimana Bimbo menuliskan syairnya bahwa lapar mengajarkan pada individu akan kerendahan hati. Bagi sebagian saudara kita barangkali lapar adalah biasa, tetapi bagi yang berkecukupan rasa lapar adalah keadaan genting yang sangat jarang dijumpai kecuali pada moment puasa ini. Itu pun barangkali tidak sepenuhnya sebab rasa lapar tersebut akan terbayar pada saat buka puasa nanti dimana menu makan berlimpah dan sesuai selera. Bagi orang yang lapar sesungguhnya, tidak terbesit dalam benaknya akan makan enak dan sebanyak-banyaknya. Yang ada dalam benaknya hanya bagaimana bisa mengganjal perut kosong dengan apa saja yang bisa dimakan. Rasa lapar juga bagi kita tidak sesungguhnya, sebab saat sahur kebutuhan gizi cukup lengkap empat sehat lima sempurna, juga bagi sebagian kita saat bekerja tidaklah diterik matahari yang menguras energi dan memancing dahaga luar biasa. Kita bekerja dibelakang meja dengan pendingin ruangan yang sejuk. Disaat sedikit lelah kita menyalakan TV menikmati siaran favorite atau bahkan ada

yang jalan-jalan ke mall sehingga tak terasa waktu berbuka tlah tiba. Sepertinya harus jujur kita akui bahwa baru sedikit yang kita rasakan jika dibanding saudara kita yang benar-benar lapar.

Walau baru sedikit, seyogyanya kita sedikit mengambil pelajaran dari rasa lapar saat puasa. Jika ini tidak lakukan, kita termasuk ke dalam golongan orang yang berpuasa tetapi sia-sia belaka. Tiada pahala dan hikmah yang diperoleh kecuali lapar dan haus itu sendiri. Agar lapar kita menjadi bermakna, penulis ingin ajak pembaca merenung nilai apa yang terdapat dalam rasa lapar. *Pertama;* rasa lapar biasanya membuat orang beorientasi pada makanan yang dengannya rasa tersebut hilang. Orientasi makan makanan juga dilakukan secara muluk yakni membayangkan makan yang lezat, bermacam-macam pilihan rasa, bentuk dan jenis. Saking berorientasi pada rasa lapar dan makanan, kadang kita mengatakan tidak bisa berkonsentrasi dan tidak bisa melakukan sesuatu. Sebagian teman saya bilang jika sudah makan barulah dunia terasa terang dan dapat melakukan banyak hal. Terhadap kondisi ini penulis ingin mengajak mengapa kita tidak belajar dari rasa lapar dan mentransfernya pada aktivitas keIlahian. Mengapa kita tidak merindukan Allah SWT dan juga Rasulullah SAW misalnya, yang kerinduan tersebut membuat orientasi kita semata tertuju kepada-Nya. Kita tidak tenang terhadap tindakan kita jika hal tersebut tidak disukai oleh Allah dan Rasul-Nya, sebab yang kita kehendaki adalah dicintai balik oleh Allah dan Rasul. Orientasi kita kepada Allah dan Rasul sedikit mengaburkan orientasi keduniawian kita sebagaimana orientasi ingin makan makanan lezat saat sangat lapar mengaburkan kengininan yang lain. *Kedua,* bagi orang yang berpuasa, karena rasa laparnya pada saat berbuka hampir tidak ada cara lain yang dilakukan dalam membatalkan puasanya kecuali makan dan minum, bahkan jika saking laparnya kadang melahap makanan hingga begah. Mengapa kita tidak belajar dari aspek ini, misalkan selalu mengutamakan

mengerjakan perintah Allah ketimbang hal duniawi padahal dalam agama tidak ada paksaan dalam beribadah. Seseorang boleh memilih beribadah atau tidak sebagaimana seorang yang berpuasa boleh memilih membatalkan puasanya tidak dengan cara makan atau minum. Bagi sebagian orang tentu memilih makan atau minum, demikian sebaiknya bahwa kita mendahulukan ibadah ketimbang yang lain bahkan kalau bisa sampai "begah/kekenyangan" alias ditambah dengan ibadah sunnahnya juga. *Ketiga;* orang lapar biasanya menjadi lemah, lesu, lemes dan malas. Mengapa hal tersebut tidak kita transfer kepada sikap bahwa kita lemah, lesu, lemes dan malas jika diajak mengerjakan kegiatan tidak bermanfaat/ sia-sia atau bahkan perbuatan maksiat. Bagi sebagian orang kadang perbuatan maksiat justru memiliki energi berlebih didalam dirinya. Terhadap hal ini maka sebaiknya kita menjadi orang yang sangat lapar sehingga tidak memiliki kekuatan, malas, letih dan lesu jika harus berbuat maksiat. *Ke empat;* salah satu kebiasaan orang berpuasa yang lapar adalah pulang lebih cepat/awal dari aktivitas rutinnya untuk segera mempersiapkan makan disaat berbuka. Fenomena ini mengapa tidak kita ikuti bahwa kita menyegerakan sebuah niatan amal sholeh. Aktivitas rutin yang biasa dikerjakan kita pangkas demi sebuah amal sholeh yang harus terealisasi. Rugi rasanya jika amal sholeh tidak maksimal dilakukan karena kita telat atau kekurangan waktu dalam menjalankannya sebagaimana saat berbuka puasa merasa tidak puas jika mendapati makanan yang tidak sesuai yang kita ingini. *Ke lima;* dengan rasa lapar, kita tahu dan merasakan bagaimana orang yang benar-benar lapar karena miskin. Harusnya kita juga belajar merasakan hal yang lain, kita tidak marah semena-mena karena kita tahu dan merasakan bagaimana rasanya jika dimarahi. Kita tidak mencela atau mengejek, karena kita tahu bagaimana jadinya jika kita adalah pihak yang dicela atau diejek. Kita tidak egois karena kita tahu bagaimana rasanya berhadapan dengan orang yang egois. Kita menghindar diri untuk menipu atau mengakali karena

kita mengerti perasaan bagaimana jika kita yang ditipu dan diakali oleh orang. Termasuk kita harus berbagi dalam banyak hal sebab kita mengerti bagaimana rasanya jika kita dilupakan kawan pada saat mereka berbagi dan ditinggalkan. Yang terakhir amat banyak yang kita bisa gali dari apa yang kita rasakan untuk kita terapkan. Rasa lapar sedikit banyak telah kita rasakan pada saat berpuasa ini, tinggal apakah kita mau mengambil hikmah. Coba kita renungkan bagaimana jadinya jika rasa lapar di dunia ini tidak ada? *Wallahu'alam bissawab.****.*

5

Ibadah Ibu di Bulan Ramadhan

Oleh: **MEDIA APRILYANTI**

IBADAH *fardiyah* (ibadah individu) adalah ibadah yang dilakukan seseorang secara pribadi, ibadah ini amat bergantung pada seberapa besar motivasi ibadah dalam diri seseorang, tergantung pula pada seberapa besar waktu yang dimiliki seseorang untuk melaksanakan ibadah tersebut. Dimasa remaja atau ketika masih sendiri biasanya seseorang mampu menghabiskan banyak waktu untuk ibadah fardiyah dikarenakan masih banyak waktu luang yang teramat disayangkan bila terbuang sia-sia. Namun keadaan ini berbeda bila seseorang tersebut –terutama para perempuan- telah menjadi seorang istri apalagi seorang ibu. Bila di masa remaja bisa menjalankan puasa sunnat dengan sangat baik, misalnya puasa Senin-Kamis terasa kurang maka dilaksanakan puasa Nabi Daud. Namun ketika telah menjadi seorang istri dan ibu waktu menjadi terkuras untuk

mengurusi rumah tangga, suami, dan anak-anak sehingga tak jarang puasa sunnat sering terlewat. Demikian pula ibadah lain seperti sholat-sholat sunnat, dimasa remaja seorang muslimah mampu menjalankan sholat malam tanpa terlewat 1 malam pun namun setelah menjadi istri dan ibu, tenaga telah terkuras untuk mengurusi rumah apalagi bila tidak memiliki khadimat (pembantu) di rumah maka energi untuk bangun pada malam hari sering kali tak tersisa.

Untuk sebagian perempuan, ini tidak menjadi masalah namun sebagian perempuan muslimah lain hal ini mampu merisaukan hati karena sejak remaja terbiasa "berakrab-akrab" dengan Allah SWT. Tulisan ini dibuat untuk membesarkan hati para muslimah bahwa ladang ibadah para ibu masih teramat luas sehingga jangan merasa kecil hati dengan kurangnya ibadah sunnat yang kita dapat lakukan. Mari kita tilik beberapa hadis di bawah : pertama, Hadis tentang seorang wanita yang mencuci pakaian suami dan anak-anaknya maka Allah mencatatkan baginya seribu kebaikan. Kedua, Hadis tentang besarnya pahala seorang ibu yang menyusui sendiri anaknya. Ketiga, Hadis tentang pahala jihad bagi seorang ibu sejak dia mengandung anaknya hingga melahirkan. Ada banyak sekali hadis yang berbicara tentang keutamaan pekerjaan wanita muslimah namun tidak dapat dikemukakan semua.

Pada hadis 1 dapat dilihat betapa tak terhingganya pahala yang didapat oleh seorang wanita yang mengerjakan sendiri pekerjaan rumah tangganya lalu apakah kemudian bermakna bila dia dibantu khadimat atau mesin cuci maka pahalanya berkurang? Tentu saja tidak. Khadimat hanyalah orang yang membantu dalam mengerjakan urusan rumah tangga sedang manajerial tetap berada di tangan sang ibu begitu pula menggunakan mesin cuci, memang mungkin pekerjaan lebih ringan tetapi energi yang dikeluarkan tetap saja memiliki harga.

Selanjutnya pada hadis 2, sejak awal Islam amat

menghargai para ibu yang memberikan ASI pada anaknya bahkan menghitung tiap tetesnya sebagai pahala dan baru pada masa kini ditemukan fakta betapa besar manfaat memberikan ASI pada bayi hingga dia berusia 2 tahun. Minimal si bayi memiliki ketahanan tubuh terhadap berbagai penyakit, hal ini cukup luar biasa mengingat para bayi rentan terhadap penyakit di sekitarnya. Hal lain yang terasa bermanfaat adalah perbedaan antara gemuknya anak ASI dan anak susu formula amat signifikan, bisa terlihat secara jelas. Begitu pula penyakit yang mungkin diidap oleh anak gemuk karena susu formula adalah pra-diabet yang dapat memicunya menjadi penderita diabetes sejak usia dini, berbeda dengan dengan anak gemuk karena ASI bisa dipastikan tidak mengidap penyakit apapun.

Pada hadis 3 bicara tentang besarnya pahala bagi para ibu hamil. Hamil bagi para wanita sejatinya adalah siksaan. Situasi emosi yang labil, nafsu makan menurun drastis, hanya ingin makan makanan tertentu, mual dan muntah yang menyiksa, sungguh merupakan kondisi yang amat tidak menyenangkan. Namun motivasi bahwa inilah jihad, bahwa setelah ini akan mendapatkan anak yang didambakan, membuat para muslimah menguatkan diri untuk menjalani 9 bulan ini. Disamping peran suami diperlukan untuk terus memberikan dukungan moril, diperlukan pula dukungan dalil dari hadis dan ayat-ayat Quran untuk menguatkan motivasi para ibu agar tetap kuat menjalani kehamilan betapapun beratnya. Karena kehamilan tidak semua dijalani dengan mulus, ada beberapa kasus kehamilan dijalani dengan hanya berbaring di tempat tidur selama 9 bulan dan tentu saja ini amat menyiksa sang ibu. Maka pantaslah para ibu pejuang ini dianugerahi gelar mujahid untuk segala upaya yang berujung di kontraksi persalinan yang digambarkan sebagai sakit yang teramat sakit.

Di bulan Ramadlan ini saat seluruh amal dioptimalkan maka bagi para ibu yang tidak mampu mengerjakan lebih banyak ibadah fardiyah karena waktu yang tersita untuk

keluarga maka jangan berkecil hati, kesempatan beribadah melalui jalur lain masih teramat banyak. Namun bila memiliki waktu karena sebagian anak mulai besar atau anak yang kecil bisa ditinggal sejenak maka ibadah sunnat yang sifatnya pribadi dapat dilakukan semaksimal yang kita bisa. Tetaplah ikhlas menjalankan berbagai ibadah semampu yang kita bisa, semoga tetap *istiqamah. Allahu a'lam*.***

6

Lailatul Qadar

Oleh: **SYAMSUL KURNIAWAN**

TERDAPAT satu malam yang nilainya lebih baik dari seribu bulan. Malam yang indah itu disebut *Lailatul Qadar* atau malam kemuliaan. Syaikh Muhammad Abduh seperti dikutip Hasbi ash-Shiddieqy memaknai kata "*al-Qadar*" dengan kata "takdir". Ia berpendapat demikian, karena Allah SWT, pada malam itu mentakdirkan agama-Nya dan menetapkan *khittah* untuk Nabi-Nya, dalam menyeru umat manusia ke jalan yang benar. *Khittah* yang dijalani itu, sekaligus melepaskan umat manusia dari kerusakan dan kehancuran yang waktu itu sedang membelenggu mereka.

Kata "*al-Qadar*" diartikan juga "*al-Syarf*" yang artinya mulia (kemuliaan dan kebesaran). Maksudnya Allah SWT, telah mengangkat kedudukan Nabi-Nya pada malam Qadar itu

dan memuliakannya dengan risalah dan membangkitkannya menjadi Rasul terakhir. Telah diisyaratkan dalam al-Quran, bahwa malam itu adalah malam yang mulia, berada di bulan Ramadhan, dan menjadi malam yang menandai turunnya al-Quran sebagai kitab suci yang terakhir (QS ad-Dukhaan: 3; QS al-Baqarah: 185).

Bila seorang muslim mengerjakan ibadah pada malam itu (*lailatul qadr*), mengutip pendapat Buya HAMKA dalam tafsirnya (Tafsir al-Azhar), maka nilainya lebih baik dari mengerjakan ibadah selama seribu bulan. Beribadah di malam itu dengan ketaatan, shalat, tilawah, dzikir, do'a dan sebagainya sama dengan beribadah selama seribu bulan di waktu-waktu lain. Seribu bulan sama dengan 83 Tahun 4 Bulan.

Namun amat keliru mereka yang hanya ingin beribadah dan melaksanakan kewajiban agama pada *laylatul qadr* atau bulan ramadhan, dan tidak lagi melaksanakan kewajiban pada hari-hari yang lain, dengan dalih bahwa pelaksanaannya ketika itu sudah seimbang dengan pelaksanaan tuntunan agama seribu bulan lainnya.

Keutamaan yang lain dari *lailatul qadr*, adalah berkahnya yang melimpah dengan banyaknya malaikat yang turun di malam itu, termasuk Jibril. Di malam itu, para malaikat termasuk malaikat Jibril mengucapkan salam kepada orang-orang beriman. Hal ini bisa disimak dari firman Allah SWT, *"Sesungguhnya Kami telah menurunkan (al-Quran) pada malam kemuliaan, dan tahukah kamu apakah malam kemuliaan itu?. Malam kemuliaan itu lebih baik dari seribu bulan. Pada malam itu turun malaikat-malaikat dan malaikat Jibril dengan izin Tuhannya mengatur segala urusan. Malam itu (penuh) kesejahteraan sampai terbit fajar"*. (QS al-Qadr: 1-5)

Dalam satu hadits shahih, Rasulullah Saw juga

menyebutkan keutamaan malam tersebut. Beliau bersabda: *"Barang siapa melakukan shalat malam pada saat Lailatul Qadar karena iman dan mengharap pahala Allah, niscaya diampuni dosa-dosanya yang telah lalu"* (HR Bukhari dan Muslim).

Tentang waktunya, Rasulullah Saw bersabda: *"Carilah Lailatul Qadar pada (bilangan) ganjil dari sepuluh hari terakhir bulan Ramadhan"* (HR. Al-Bukhari, Muslim dan lainnya). Yang dimaksud dengan malam-malam ganjil menurut sebagian ulama yaitu malam dua puluh satu, dua puluh tiga, dua puluh lima, dua puluh tujuh, dan malam dua puluh sembilan.

Doa yang mesti dipanjatkan pada saat seseorang bertemu *lailatul qadr*, sesuai yang diajarkan Rasulullah Saw, adalah sebagai berikut: Dari Ummul Mukminin 'Aisyah *radliallahu 'anha*, beliau berkata, *Aku berkata kepada Rasulullah, "Wahai Rasulullah, apabila aku mengetahui waktu malam Al Qadr, apakah yang mesti aku ucapkan pada saat itu?" Beliau menjawab, "Katakanlah, Allahumma innaka 'afuwwun, tuhibbul 'afwa, fa'fu'anni (Yaa Allah sesungguhnya engkau Maha pemberi ampunan, suka memberi pengampunan, maka ampunilah diriku ini)"* (HR. Tirmidzi nomor 3513, Ibnu Majah nomor 3850 dan dishahihkan oleh Al Albani *rahimahullah* dalam *Shahih Ibnu Majah* nomor 3105).

Kita tentu saja sangat berharap bertemu dengan *lailatul qadr*. Tetapi hemat penulis yang tidak kalah pentingnya adalah bagaimana memanfaatkan keyakinan kita akan *lailatul qadr* itu sebagai motivasi untuk meningkatkan kualitas ibadah dan menjalaninya secara konsisten menuju kehidupan yang mencerahkan secara spiritual dan menanamkan nilai-nilai kemanusiaan yang dalam, yang memahami hakikat penciptaannya serta senantiasa menampilkan diri sebagai *uswah hasanah* kapanpun dan di

manapun adanya.

Dengan keyakinan kita akan adanya *lailatul qadr* itu, kita juga termotivasi untuk menyucikan jiwa dan hati dari lumuran dosa-dosa selama menjalani kehidupan ini. Seperti dimafhumi, dalam perjalanan kehidupan kita,tanpa disadari banyak ungkapan dan perbuatan kita yang sadar atau tidak sadar merugikan dan mengorbankan orang lain. Untuk itu, memanfaatkan momentum bulan Ramadan ini, hendaknya menjadi arena yang tepat untuk melakukan *muhasabah* dan *istighfar* sembari melakukan upaya untuk meningkatkan kualitas kemanusiaan kita. Sehingga kehadiran kita selalu memberi manfaat yang besar bagi sesama, dan bukan parasit apalagi sampai menjadi beban sosial bagi yang lainnya.***

7

Puasa, “Perilaku Konsumsi dan Pemborosan”

Oleh**: PRIHANTONO**

BULAN suci Ramadhan bagi umat Islam identik dengan perilaku konsumtif. Itulah gambaran sekilas yang terlihat dari keseharian dalam bulan ramadhan. Kita bisa lihat dipertengahan bulan ini tampak pasar dan mall penuh sesak. Pedagang pakaian dan makanan kebanjiran order dan panen laba. Bisakah bulan Ramadan menjadi bulan keprihatinan dan introspeksi individual? Bukankah banyak sekali ceramah para kyai, ustad dan tokoh agama yang isinya menekankan puasa sebagai upaya meningkatkan kualitas iman dan takwa, bukan meningkatkan konsumsi?

Perilaku konsumsi pada tataran implementasi dalam kehidupan sehari-hari amat ditentukan oleh variabel keyakinan (keimanan). Ada tiga karakteristik perilaku

konsumsi dengan menggunakan tingkat keimanan. *Pertama*, ketika keimanan ada pada tingkat yang cukup baik, maka motif berkonsumsi akan didominasi oleh tiga hal yaitu mashlahah, kebutuhan dan kewajiban. Kedua, ketika keimanan ada pada tingkat yang kurang baik, maka motifnya tidak didominasi hanya oleh tiga hal tadi tapi juga kemudian akan dipengaruhi secara signifikan oleh ego, rasionalisme (materialisme) dan keinginan yang bersifat individualistis. Ketiga, ketika keimanan ada pada tingkat yang buruk, maka motif berkonsumsi tentu saja akan didominasi oleh nilai individualistis (selfishness), ego, keinginan dan rasionalisme.

Uniknya, karena meski puasa dalam konsepsi Islam merupakan aktivitas spiritual yang bertabur ajaran perilaku dalam dimensi sosial ekonomi budaya yang sangat spektakuler, pola perilaku yang direfleksikan dalam realitas kehidupan umat dari masa ke masa ternyata sering tidak signifikan bahkan cenderung paradoksal. Sebagai contoh bisa kita lihat pada dimensi ekonomi. Hampir semua kita awalnya berkesimpulan bahwa dengan tidak makan dan minum pada bulan Ramadan berarti pengeluaran kita dengan sendirinya mengalami penurunan. Itu berarti saving (tabungan) akan meningkat. Namun, hasil survei umumnya berkesimpulan bahwa pelaksanaan puasa Ramadan, selain gagal memperkecil pengeluaran dan meningkatkan tabungan, justru melahirkan hal yang sebaliknya. Betapa tidak, karena puasa dengan tidak makan dan minum di siang hari oleh sejumlah orang sering dibalas pada malam hari,terutama pada momentum sahur dan buka puasa. Jika pola konsumsi di luar bulan Ramadan umumnya hanya menyajikan menu standar dan ala kadarnya, menu untuk puasa di bulan Ramadan umumnya dibuat spesial. Selain karena alasan puasa yang memerlukan nutrisi dengan kualitas gizi yang lebih baik,juga ada yang melakukannya

sebagai pemicu selera makan lantaran ingar-bingar puasa sering membawa banyak orang dalam ketergangguan nafsu makan.Tidak mengherankan jika biaya pemenuhan kebutuhan pun meningkat drastis dari hari biasanya. Di sini esensi puasa untuk membentuk pribadi muslim yang lebih ekonomis tidak terwujud. Bahkan justru yang terjadi adalah pemborosan dan pemenuhan tuntutan nafsu di atas standar.

Bahkan lebih dari itu, bulan untuk melatih diri dan menimbulkan kesadaran agar seseorang menjadi hemat dalam semua jenis perbelanjaan dan kegiatan. Dengan kata lain kesadaran tentang rasa lapar dan haus yang timbul akibat berpuasa hendaknya semakin mendorong kita untuk menjauhi sifat mubazir atau boros di satu segi dan sifat kikir serta bakhil di segi yang lain.

Sifat mubazir atau boros sangat dicela di dalam Alquran. Orang yang boros dikatakan sebagai saudara setan oleh Alquran. Tetapi sangat disayangkan alih-alih mendorong kita menjadi hemat ketika sedang berpuasa, di dalam kenyataannya belanja rata-rata keluarga Muslim dalam bulan Ramadan relatif lebih banyak dari bulan-bulan lainnya.

Kenyataan ini seharusnya menimbulkan kegelisahan dan kerisauan kita. Karena salah satu hikmah berpuasa, yaitu membimbing dan mengajari kita untuk selalu hemat serta tidak boros dan tidak kikir masih harus kita renungkan secara lebih dalam dan kita latih secara lebih serius dan lebih sungguh-sungguh lagi. Bahkan banyak yang terjebak pada hakikat dan mentalitas baru konsumerisme yang mencerminkan semangat kapitalisme, namun mengabaikan dimensi ibadah sosial. Hal ini tercermin dari penuh sesaknya pasar-pasar dan mal oleh orang-orang yang berbelanja dengan semangat konsumsi yang tinggi. Padahal puasa adalah kesederhanaan dan kebersahajaan dan jika ada

kelebihan dianjurkan untuk bersedekah selain kewajiban berzakat.

Kenaikan harga kebutuhan pokok pada Ramadan tahun ini lebih besar bila dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Tahun sebelumnya kenaikan harga kebutuhan pokok hanya dipicu oleh meningkatnya permintaan akan bahan pokok tersebut. Oleh karena itu, kita harus bersungguh-sungguh mengendalikan konsumsi. Bukankah hakikat puasa yang kita laksanakan selama Ramadan ialah menahan diri? Kepatuhan kita untuk mengendalikan diri juga menjadi esensi dari puasa. Puasa adalah sebuah simbol kesederhanaan dan kebersahajaan. Hal ini bisa dilakukan dengan mengendalikan konsumsi yang berlebihan untuk keperluan ramadan.

Penghematan atau pengendalian konsumsi adalah bagian dari menahan hawa nafsu dalam memenuhi kebutuhan jasmani. Sementara dengan berpuasa hakikatnya adalah menekankan pentingnya kebutuhan rohani. Selain itu, melalui penghematan atau pengendalian konsumsi juga akan mengerem laju kenaikan harga kebutuhan bahan pokok tersebut. Karena dengan menghemat, permintaan akan menurun. Hukum ekonomi mengatakan, bila permintaan menurun, penawaran pun menurun dan harga akhirnya ikut turun. Di sisi lain, kenaikan harga kebutuhan pokok membuat daya beli sebagian rakyat menurun. Kita prihatin melihat rakyat yang tak mampu menikmati Ramadhan karena menurunnya daya beli mereka, karena kemiskinan mereka.

Semoga bulan suci ramadhan tahun ini menjadikan kita manusia yang bisa menjaga keseimbangan antara kebutuhan dan keinginan dalam pemenuhan ekonomi rumah tangga. Terhindar dari sifat boros yang tidak mencerminkan perilaku konsumsi yang islami.***

8

Zakat Potensi Ekonomi Islam

Oleh: **NURMA SARI**

“*Dan dirikanlah shalat, tunaikan zakat, dan rukuklah beserta orang-orang yang rukuk*” (QS al Baqarah: 43).

“*Dan dirikanlah shalat dan tunaikanlah zakat dan kebaikan apa saja yg kamu usahakan bagi dirimu*.” (QS al Baqarah: 110).

Sabda Nabi: “*dari Ibnu Abbas Rasulullah Saw, telah mewajibkan zakat fitrah untuk menyucikan (membersihkan) diri orang-orang yang berpuasa dari perbuatan yang tidak berguna dan perkataan yang kotor serta untuk memberi makan kepada orang-orang yang miskin*.”

SESUNGGUHNYA zakat-zakat itu hanyalah untuk orang-orang fakir, orang-orang miskin, para pengurus-pengurus (amil) zakat, para muallaf yang di bujuk hatinya, untuk

(memerdekakan) budak. Orang-orang yang berhutang, untuk jalan Allah dan orang-orang yang sedang dalam perjalanan, sebagai sesuatu ketetapan yang diwajibkan Allah. (QS. At-Taubah: 60)

Berdasarkan beberapa firman Allah SWT dan Hadits Rasulullah tersebut bahwa zakat pada prinsipnya merupakan kesejahteraan agama dan pembayarannya merupakan kewajiban agama. Pelaksanaan pemungutan zakat seharusnya dilakukan oleh pemerintah dan distribusikan untuk kesejahteraan social dengan tujuan untuk beribadah kepada Allah SWT.Zakat dipungut terhadap pendapatan, kepemilikan barang-barang tertentu seperti emas dan perak (atau disetarakan dengan uang),hewan ternak,hasil pertanian, dan juga laba dari kegiatan usaha.

Dalam pandangan Islam zakat merupakan sarana untuk mencari keridhaan Allah dan merupakan sarana pertanggung jawaban yang utama kepada Allah. Seperti yang diungkapkan Adnan dan Gaffikin (1997): "*This accountability has to be manifested in the form of how one can account for his or her zakat obligations properly since muslem cannot differentiate a worship activity".*

Zakat bukan merupakan pajak karena zakat adalah kewajiban agama yang tercantum sebagai salah satu rukun islam dan harus dipertanggungjawabkan kepada Allah pada hari kemudian. Pengeluaran zakat menjamin bukan sebagai pemborosan, karena para penerima zakat telah diatur dengan jelas dalam Qur'an. Zakat akan memberikan motivasi bagi yang membayarnya karena pembayaran zakat mengetahui bahwa penggunaan (alokasi) zakat diperuntukkan bagi orang miskin dan tidak mampu .

Menurut Mannan (1997, 256) ada enam prinsip syari'at yang mengatur zakat, yaitu: prinsip keyakinan, prinsip keadilan, prinsip produktivitas atau sampai waktu,

prinsip pembayaran zakat yang harus dicerminkan tidak hanyadalam dasar tradisional penilaian tapi juga dalam dasar modern penilaian zakat.

Zakat merefleksikan tekad untuk menyucikan masyarakat dari penyakit kemiskinan, harta benda orang-orang kaya, dan pelanggaran terhadap ajaran-ajaran islam yang terjadi karena tidak terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan pokok bagi setiap orang. Ia merupakan salah satu cara ekspresi rasa syukur seseorang kepada Allah karena karunia dan rakhmatnya, yaitu refleksi dalam bentuk pertumbuhan kekayaan dan kesejahteraan seluruh anggota masyarakat. Walaupun zakat merepleksikan tekad untuk mengentaskan kemiskinan, tidak berarti bahwa zakat menggantikan kedudukan program pembiayaan diri yang dibuat dalam masyarakat modern untuk menyediakan perlindungan jaminan social bagi pengangguran, kecelakaann usia lanjut, dan kesehatan lewat dedukasi upah pekerja atau sumbangan majikan. Zakat juga tidak menggantikan kedudukan penyediaan anggaran yangdibuat oleh pemerintah untuk meringankan beban mereka yang terkena bencana dan pembayaran kesejahteraan mereka.

Setiap tahun nya zakat memiliki sasaran yang diberlakukan sesuai ajaran Islam yaitu untuk orang-orang fakir, orang-orang miskin, para pengurus-pengurus (amil) zakat, para muallaf yang di bujuk hatinya, untuk (memerdekakan) budak. Orang-orang yang berhutang untuk jalan Allah orang-orang yang sedang dalam perjalanan

Dompet peduli umat saat ini sudah mulai mengembangkan zakat sebagai suatu bentuk usaha memberdayakan perekonomian yaitu zakat produktif yang penyalurannya ke pengrajin tenun di daerah kabupaten sambas dalam bentuk pemberian alat tenun sebagai bentuk hibah yang bersumber dari dana zakat.***

9

Zakat dalam Perspektif Ekonomi Makro dan Ekonomi Mikro

Oleh: **ICHSAN IQBAL ATTAMIMI**

ZAKAT berfungsi sebagai pembersih dan pensuci jiwa, juga berfungsi untuk mengembangkan harta *muzaki* (yang mengeluarkan zakat), sebagaimana sabda Rasulullah saw : « jika engkau telah menunaikan zakat kepada orang yang berhak menerimanya maka sesungguhnya engkau telah membuang dari dirimu kejahatan darinya». Harta zakat yang diperoleh seorang fakir miskin akan membantu memberikan kemampuan berbelanja bagi dirinya, demikian juga sebaliknya bagi orang kaya, maka pertambahan *demand* terhadap barang pokok akan berakibat kepada pertambahan produk bahan pokok tersebut. Selain dari itu

harta tidak boleh hanya beredar disekitar orang kaya saja, dan perpindahan harta dari orang kaya ke orang miskin berakibat kepada pertambahan manfaat penggunaan harta tersebut yaitu jika di tangan orang kaya harta tersebut memiliki manfaat yang banyak tetapi akan lebih banyak lagi jika harta tersebut berpindah ke tangan orang miskin karena akan meningkatkan kesejahteraan tarap hidup masyarakat secara umum.

Meski zakat merupakan pengambilan harta dari orang kaya yang diberikan kepada orang miskin akan tetapi tidak diragukan lagi bahwa hal ini dianggap jenis pembagian kekayaan yang berakibat kedekatan strata antar tingkatan masyarakat dan upaya tidak adanya penguasaan harta di tangan kelompok kecil yang mengatur ekonomi negara. Dengan demikian maka jelaslah dampak penting bagi zakat dalam membangun perekonomian negara sebagai gambaran perekonomian Islam yang kuat, tetap tumbuh dan berkembang.

Di tingkat mikro ekonomi, zakat memiliki implikasi ekonomi terhadap perilaku konsumsi dan tabungan individu serta perilaku produksi dan investasi perusahaan tanpa berpengaruh negatif pada insentif bekerja. Dalam perekonomian Islam dimana zakat diterapkan, maka *muzakki* akan menyalurkan pendapatannya kepada *mustah}iq*. Hal ini akan membuat pendapatan *mustah}iq* akan meningkat, peningkatan pendapatan ini akan meningkatkan pula konsumsi dan sekaligus akan memberikan kesempatan *mustah}iq* untuk menabung.

Dalam sistem perekonomian Islam, zakat adalah sistem yang ramah terhadap dunia usaha (*market friendly*). Zakat memiliki tarif yang rendah dan tetap serta tidak berubah karena sudah diatur dalam syariat. Contoh, zakat yang diterapkan pada basis luas seperti zakat perdagangan,

tarifnya hanya 2,5 persen. Ketentuan tarif zakat ini tidak dirubah oleh siapapun. Karena itu tidak akan mengganggu insentif investasi dan produksi serta memberikan kepastian usaha.

Dan di tingkat makro ekonomi, zakat memiliki implikasi ekonomi terhadap efisiensi alokatif, penciptaan lapangan kerja, pertumbuhan ekonomi, stabilitas makroekonomi, distribusi pendapatan, pengentasan kemiskinan dan jaring pengaman sosial. Zakat yang menyalurkan sebagian pendapatan *muzaki* kepada *mustah}iq* akan berakibat meningkatkan permintaan barang dan jasa dari *mustah}iq*, yang umumnya adalah kebutuhan dasar seperti pangan, sandang dan papan. Permintaan yang lebih tinggi untuk kebutuhan dasar masyarakat yang terkait zakat ini, akan mempengaruhi komposisi produksi barang dan jasa yang diproduksi dalam perekonomian, sehingga akan membawa pada alokasi sumber daya menuju ke sektor-sektor yang lebih diinginkan secara sosial. Hal ini akan meningkatkan efisiensi alokatif dalam perekonomian.

Sejak lama, zakat telah dianjurkan sebagai instrument kebijakan fiskal dengan adanya diskresi yang dimiliki oleh pemerintah atau otoritas lokal. Belanja dana zakat bisa tidak sama dengan zakat yang terkumpul, tergantung pada situasi perekonomian. Pada saat perekonomian mengalami ekspansi, pengumpulan dana zakat akan meningkat akibat naiknya basis zakat. Namun pada saat yang sama, jumlah *mustah}iq* akan berkurang karena kondisi ekonomi sedang baik. Dengan demikian, dimungkinkan untuk memperoleh surplus dana zakat. Ketika perekonomian mengalami resesi, jumlah *muzaki* berkurang dan jumlah *mustah}iq* meningkat. Maka hal ini menyebabkan terjadi defisit dana zakat, dimana defisit ditutup dengan surplus tahun sebelumnya. Dengan demikian, belanja dana zakat akan bekerja sebagai *discretionary fiscal stabilizers*, dengan pemerintah bertindak

sebagai pengelolanya.

Namun terdapat pandangan berbeda terkait hal ini, pengumpulan dan belanja dana zakat telah ditentukan oleh syariah dank arena tidak boleh memanipulasi *gap* antara keduanya secara diskresi sebagai kebijakan fiscal. Jika terdapat surplus zakat, maka surplus zakat dapat distribusikan ke daerah lain yang memerlukannya. Hal ini akan meminimalkan peran stabilisasi zakat. Namun zakat dapat dibelanjakan dalam bentuk barang konsumsi dan produksi, dan rasio dari barang konsumsi terhadap barang produksi dapat digunakan sebagai instrument fiskal. Pada masa ekspansi, rasio ini turun seiring zakat dibelanjakan lebih banyak untuk barang produksi. Sedangkan pada masa resesi, rasio ini meningkat seiring belanja zakat diarahkan pada barang konsumsi, sehingga akan menghasilkan dampak ekspansioner untuk pemulihan.

Kerangka sosial ekonomi perekonomian Islam mendorong penciptaan lapangan kerja melalui dua jalur, yaitu penciptaan pekerjaan dengan upah tetap dan penciptaan peluang wirausahawan. Dan salah satu kerangka institusional penting dalam perekonomian Islam untuk penciptaan lapangan kerja ini adalah zakat. Islam memberi jalan bagi *entrepreneurial resources* untuk terlibat dalam kegiatan di sector riil dengan menyediakan kerangka kerja sama atau kemitraan seperti *mud}arabah, musharakah, dan muzara'ah*.

Program pengentasan kemiskinan adalah wajib dalam perekonomian Islam. Dampak zakat terhadap upaya pengentasan kemiskinan adalah sesuatu yang signifikan dan berjalan secara otomatis di dalam system Islam. Dalam surah at-Taubah ayat 60, disebut delapan golongan yang berhak menerima zakat. Fakir dan miskin adalah kelompok pertama dan kedua yang menerima zakat.

Mereka yang mendapatkan prioritas dan pengutamaan mendapatkan zakat. Ini menunjukkan bahwa mengatasi masalah kemiskinan merupakan tujuan utama dari zakat. Karakteristik ini membuat zakat sangat efektif sebagai instrumen pengentasan kemiskinan karena sangat inheren bersifat *pro-poor*.

Zakat berdampak positif pada pengembangan pasar secara keseluruhan melalui kontribusinya pada pertumbuhan ekonomi baik melalui jalur permintaan agregat (*aggregate demand*) maupun jalur penawaran agregat (*aggregate supply*). Dampak positif zakat pada konsumsi dan investasi secara jelas akan menaikkan permintaan agregat terhadap kebutuhan dasar dalam perekonomian dan berakibat terhadap produksi dan penciptaan lapangan kerja.***

10

Memaknai Takdir

Oleh: **MUHAMMAD RAHMATULLAH**

PEMAHAMAN makna takdir dalam Islam menjadi salah satu hal yang sangat penting dalam kehidupan seorang muslim dan muslimah. Sebab, pemahaman akan takdir ini akan dapat menentukan sikap dan arah seorang muslim terhadap berbagai macam hal yang terjadi selama kehidupannya. Terutama tentang makna takdir, sikap seorang hamba terhadap takdir itu dan bagaimana melakukan upaya menghadapi takdir itu sendiri.

Pertama, bagaimana kita memaknai dan memahami takdir. Konsep takdir bagi Umat Islam, difahami sebagai bagian daripada Aqidah, karena ia merupakan bagian daripada Iman terhadap Qadha dan Qadar, dimana kata Takdir ini merupakan kata yang berasal dari Qadar. Karenanya, banyak juga ulama-ulama yang membahas konsep takdir ini dalam buku yang telah mereka buat. Kata takdir (*taqdir*) terambil

dan kata *qaddara* berasal dari akar kata *qadara* yang antara lain berarti mengukur, memberi kadar atau ukuran, sehingga jika Anda berkata, "Allah telah menakdirkan demikian," maka itu berarti, "Allah telah memberi kadar/ukuran/ batas tertentu dalam diri, sifat, atau kemampuan maksimal makhluk-Nya." "*Allah telah menetapkan bagi segala sesuatu kadarnya*" (QS. Al-Thalaq [65]: 3).

Peristiwa-peristiwa yang terjadi di alam raya ini, dan sisi kejadiannya, dalam kadar atau ukuran tertentu, pada tempat dan waktu tertentu, dan itulah yang disebut takdir. Tidak ada sesuatu yang terjadi tanpa takdir, termasuk manusia. Peristiwa-peristiwa tersebut berada dalam pengetahuan dan ketentuan Tuhan, yang keduanya menurut para ulama dapat disimpulkan dalam istilah sunnatullah, atau yang sering secara salah kaprah disebut "hukum-hukum alam."

Quraish Shihab, tidak sepenuhnya cenderung mempersamakan *Sunnatullah* dengan takdir. Karena sunnatullah yang digunakan oleh Al-Quran adalah untuk hukum-hukum Tuhan yang pasti berlaku bagi masyarakat, sedang takdir mencakup hukum-hukum kemasyarakatan dan hukum-hukum alam. Dalam Al-Quran "*sunnatullah*" terulang sebanyak delapan kali, "*sunnatina*" sekali, "*sunnatul awwalin*" terulang tiga kali; kesemuanya mengacu kepada hukum-hukum Tuhan yang berlaku pada masyarakat.

Kedua, bagaimana sikap kita terhadap takdir. Ada beberapa pendapat tentang bagaimana seorang manusia menyikapi takdir tersebut yang sesuai dengan aturan agama. Dalam hal ini ada tiga pendapat ulama. *Pertama,* Golongan Jabariah, mereka yang mengatakan bahwa takdir adalah keputusan Allah dimana baik dan buruk nasib sesorang ditentukan sepenuhnya oleh Allah tanpa manusia bisa berupaya dan mengganti keadaan tersebut. Di sini manusia dituntut untuk pasrah terhadap ketentuan yang telah diberikan. *Kedua*, Golongan Qadariyah, mereka yang mengatakan bahwa nasib dan takdir seseorang ditentukan

oleh seberapa besar usaha orang tersebut tanpa ada intervensi dan keikutsertaan Allah terhadap perjalanan hidup seorang hamba, dan lebih lanjut menyatakan bahwa di situ terhampar lahan luas dimana manusia bebas dan berkuasa penuh terhadap nasib yang akan dilalui nanti. Dan golongan terakhir, yaitu Golongan Ahli Sunnah waljamaah, adalah mereka yang mengatakan bahwa Allah telah menetapkan nasib dan takdir seseorang namun manusia tetap dituntut untuk berupaya semaksimal mungkin untuk merubah keadaan dan kondisiya, dan perubahan itu bisa diupayakan atas kuasa Ilahi dan ridlo dari-Nya meski nasib dan suratan takdir telah tertulis.

Dari sini kita bisa mengambil konklusi bahwa manusia tetap dituntut untuk berupaya seoptimal mungkin untuk mencapai kehidupan yang baik di dunia maupun di akhirat dengan seimbang tanpa melupakan sisi pasrah dan tawakal manusia terhadap Penciptanya. Pasrah bukan berarti sikap fatalis yang hanya menunggu perubahan dari Allah atau bertinak sesuatu yang irasional, seperti tidak mempunyai senjata tetapi melawan musuh, meninggalkan mobil tanpa menguncinya karena yakin dengan takdir Allah apakah mobil itu hilang atau tidak. Dan rezeki maupun karier pun tidak akan berkembang jika kita hanya berpangku tangan. Berarti disitu ada sisi upaya manusia dan intervensi Tuhan untuk menetapkan sesuatu terjadi atau tidak, semua sangat tergantung dari optimalisasi usaha manusia dan keridhaan Ilahi. Dalam Qur'an Allah berfirman *"Sesungguhnya Allah tidak merubah suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri"* (QS 13:11).

Ketiga, bagaimana upaya kita menghadapi takdir. Dalam hal ini kita dapat menyimak beberapa peristiwa yang pernah terjadi pada masa Sahabat Rasulullah Saw. Ketika di Syam (Syria, Palestina, dan sekitarnya) terjadi wabah, Umar ibn Al-Khaththab yang ketika itu bermaksud berkunjung ke sana membatalkan rencana beliau, dan ketika itu tampil seorang bertanya: "Apakah Anda lari/menghindar dari

takdir Tuhan?" Umar r.a. menjawab,"Saya lari/menghindar dan takdir Tuhan kepada takdir-Nya yang lain."

Demikian juga ketika Imam Ali r.a. sedang duduk bersandar di satu tembok yang ternyata rapuh, beliau pindah ke tempat lain. Beberapa orang di sekelilingnya bertanya seperti pertanyaan di atas. Jawaban Ali ibn Thalib, sama intinyadengan jawaban Khalifah Umar r.a. Rubuhnya tembok, berjangkitnya penyakit adalah berdasarkan hukum-hukum yangtelah ditetapkan-Nya, dan bila seseorang tidak menghindar ia akan menerima akibatnya. Akibat yang menimpanya itu juga adalah takdir, tetapi bila ia menghindar dan luput dari marabahaya maka itu pun takdir. Bukankah Tuhan telah menganugerahkan manusia kemampuan memilah dan memilih?.

Kemampuan ini pun antara lain merupakan ketetapan atau takdir yang dianugerahkan-Nya Jika demikian, manusia tidak dapat luput dari takdir, yang baik maupun buruk. Tidak bijaksana jika hanya yang merugikan saja yang disebut takdir, karena yang positif pun takdir. Dengan demikian, menjadi jelaslah kiranya bahwa adanya takdir tidak menghalangi manusia untuk berusaha menentukan masa depannya sendiri, sambil memohon bantuan Ilahi. Mari kita terima takdir "positif" dengan sikap ikhtiyar, ikhlash dan syukur, sedangkan takdir "negatif"(merugikan) dengan sikap sabar, tasammuh dan ikhtiar.

Meskipun segala sesuatunya telah ditakdirkan, ada banyak amalan yang bisa menentukan arah keberpihakan takdir Allah. Amalan tersebut juga adalah bagian dari takdir-Nya. Di antara yang bisa mengubah takdir adalah ikhtiar atau usaha. Dalam beberapa ayat, banyak ditemukan bahwa sejatinya Allah mengikuti amalan dan usaha manusia. Kaya-miskin atau sukses tidaknya usaha dan aktivitas kita tergantung dari seberapa besar usaha yang dilakukan. Jika ikhtiar dan usaha kita sungguh-sungguh, Allah akan sungguh-sungguh penuhi permintaan kita. *Wallahu A'lam.****

11

Puasa Ulat-Ular

Oleh: **KHAIRAWATI**

JUDUL opini ini mungkin terasa sedikit aneh dan tidak umum, lalu apa hubungan puasa ramadhan dengan kupu-kupu dan ular? Tentu saja ada, karena manusia yang diciptakan allah sebagai makhluk yang sempurna (Surah At-Tin ayat 4, "*Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya"*) seharusnya manusia bisa menggapai kesempurnaan yang hakiki dibanding makhluk lain yang diciptakan oleh allah dimuka bumi ini, akan tetapi tidak sedikit manusia yang terjebak dalam berperilaku seperti binatang bahkan seperti ular.

Melalui Momentum Ramadhan ini, kita dapat melakukan evaluasi diri untuk merefleksi dan selanjutnya menata kembali apa yang perlu disempurnakan untuk

menjalani hidup ini menjadi lebih baik dan bermanfaat bagi orang lain, seperti kupu-kupu yang bermanfaat bagi banyak orang, menjadi sumber inspirasi dan membahagiakan orang-orang yang melihatnya.

Rangking mana yang kita pilih untuk hasil puasa tahun ini adalah pilihan. Agar kita tidak kehilangan momentum, siapa tahu ramadhan ini terakhir bagi kita?

Allah membentangkan dunia ini untuk melengkapi kehidupan manusia dan menunjukkan pada manusia tanda-tanda kekuasaannya untuk diambil pelajaran oleh manusia. Terkait dengan peristiwa puasa ramadhan ini, kita mencoba menampilkan dua makhluk allah yang tidak asing dalam kehidupan manusia yaitu puasa ulat yang bermetamorphosis menjadi kupu-kupu dan puasa ular, kedua binatang ini menggambarkan rangking puasa kita.

Ulat adalah binatang yang lemah dan menjijikkan, dengan tubuh yang licin tanpa tulang belakang, merayap dengan meliuk-liuk. binatang ini menyebalkan manusia karena banyak merugikan manusia sebab akan memakan daun yang disinggahinya, akan tetapi setelah berpuasa mengalami proses metamorphosis menjadi kepompong dan selanjutnya keluar menjadi kupu-kupu yang indah dan disenangi oleh semua manusia. Kupu-kupu hanya mengisap madu dari bunga-bunga tertentu saja, ulat yang awalnya sebagai binatang yang merugikan berubah 180 derajat menjadi binatang yang sangat berbeda, indah dan bermanfaat bagi manusia, bahkan menjadi sumber inspirasi keindahan dalam hidup manusia. Ini analogi bagi orang yang setelah ramadhan segalanya berubah menjadi lebih baik dari sebelummya, baik ibadahnya, disiplinnya, kejujurannya, kepribadiannya, dan lain sebagainya.

Ular adalah binatang yang berpuasa untuk mengganti kulitnya, hasil penelitian menyatakan bahwa semakin sering

ular berganti kulit dia akan semakin ganas, setelah berpuasa dan berganti kulit si ular, tidak memiliki perubahan sikap bahkan semakin ganas dalam memangsa korbannya. Ini sisi lain gambaran orang yang berpuasa, tetapi tidak mendapat manfaat dan perubahan apapun setelah berpuasa selama sebulan. Ibarat ular yang ganas, orang-orang seperti ini termasuk orang yang berpuasa tapi lulus dengan predikat paling rendah, karena tidak mampu mengendalikan syahwatnya dalam mencapai tujuan hidupnya. Semuanya serba mumpung, pribadi seperti ini termasuk tidak berhasil dalam menggembleng diri di kawah candradimuka ramadhan.

Keterlambatan kita menata diri mencapai kesempurnaan puasa masih disisakan allah pada 10 hari di akhir ramadhan ini, Allah SWT. pasti telah mengetahui kelalaian manusia oleh karena itu kemampuan dan kesungguhan manusia difasilitasi allah dengan menurunkan satu malam yang lebih baik dari 1000 bulan, malam itu dikenal dengan malam “lailatul qadr”. Hal ini seperti yang diwahyukan dalam surah Al-Qadr, 3. Malam lailatul qadr ini berbeda dengan malam-malam lain, karena berbagai keutamaan dijanjikan oleh Allah SWT. bagi mereka yang bertemu dan melakukan ibadah di malam yang penuh kemuliaan ini.

Malam yang dimuliakan Allah terjadi pada 10 hari terakhir bulan ramadhan, akan tetapi tak banyak kaum muslimin dan muslimah yang mampu mengambil bagian untuk memperoleh keutamaan yang dijanjikan allah, karena kesibukan duniawi manusia. Oleh karena itu, mari kita lihat apa yang dikerjakan rasulullah pada 10 hari terakhir ini, rasulullah sebagai hamba pilihan dan dijamin dalam syurga allah sangat menjaga bagian akhir ramadhan, lalu bagaimana dengan kita yang hanya umatnya yang tidak memegang

kartu jaminan masuk di syurga allah, dengan memantapkan ibadah dan amaliyah ramadhan 10 hari terakhir, kita berharap bertemu dengan fasilitas dari allah yang dijanjikan dalam surah al-Qodr.

Agar tingkatan puasa kita mampu menjadikan diri kita menjadi makhluk yang berubah lebih sempurna dan indah seperti kupu-kupu, di 10 hari bulan ramadhan, beberapa contoh ibadah perlu diintensifkan, Rasulullah SAW memberikan contoh untuk mengisi 10 hari terakhir dengan kuantitas dan kualitas ibadah yang lebih maksimal.

Ummul Mu`minin 'Aisyah ra. mengisahkan tentang Nabi SAW pada 10 terakhir Ramadhan: "Adalah Rasulullah SAW, apabila memasuki 10 terakhir Ramadhan, beliau mengencangkan tali sarungnya (yakni meningkat amaliah ibadah beliau), menghidupkan malam-malamnya, dan membangunkan istri-istrinya." (Muttafaqun 'alaihi)

Amaliah Rasulullah SAW 10 Terakhir bulan Ramadhan: Pertama, Bahwa Nabi SAW serius dalam melakukan amaliah ibadah lebih banyak dibanding hari-hari lainnya. Keseriusan dan peningkatan ibadah di sini tidak terbatas pada satu jenis ibadah tertentu saja, namun meliputi semua jenis ibadah baik shalat, tilawatul qur`an, dzikir, shadaqah, dll. Kedua, Rasulullah SAW membangunkan istri-istri beliau agar mereka juga berjaga untuk melakukan shalat, dzikir, dan lainnya. Hal ini karena semangat besar beliau agar keluarganya juga dapat meraih keuntungan besar pada waktu-waktu utama tersebut. Sesungguhnya itu merupakan ghanimah yang tidak sepantasnya bagi seorang mukmin berakal untuk melewatkannya begitu saja. Ketiga, Rasulullah SAW beri'tikaf pada 10 Terakhir ini, demi beliau memutuskan diri dari berbagai aktivitas keduniaan, untuk beliau konsentrasi ibadah dan merasakan lezatnya ibadah tersebut.

Tulisan ini dibuat untuk saling mengingatkan dan saya mohon maaf lahir dan bathin apabila ada terselip yang tidak pantas didalam nya, disertai doa semoga Allah memberi kita kekuatan sehingga mampu mengisi 10 hari bulan ramadhan ini dengan sebaik-baiknya sehingga kita dapat mencapai kemuliaan yang dijanjikan Allah, *amin allahumma amin.****

12

Berpuasalah dengan Kesabaran!

Oleh: **YAPANDI**

AGAMA Islam sangat menganjurkan bagi umatnya untuk berlaku sabar baik dalam perkataan maupun perbuatan. Karena sabar sangat indah bila kita dapat memahami hikmahnya. Sabar juga bagian dari ciri tinggiya tingkat keimanan seseorang. Bahkan sebagian ulama mengatakan sabar setengah dari iman, ia selalu ikhlas dalam segala urusan karena apa pun yang Allah berikan pasti yang terbaik bagi dirinya.

"*Innallaha ma'ashabiriin*". Sesungguhnya Allah SWT bersama orang yang sabar. Allah sangat menyukai orang-orang yang sabar. Ini menandakan bahwa betapa pentingnya kesabaran dalam mengarungi hidup ini, Allah SWT pun selalu bersama dengan orang orang yang sabar, karena manusia

yang tidak sabar selalu ditemani oleh syaithan. Seperti dimafhumi, pelaku kejahatan korupsi, kolusi, nepotisme, berbuat curang, pelaku kekerasan, pemerkosaan, dan lain sebagainya, semuanya berakar dari ketidakmampuan pelaku dalam menjaga kesabaran terutama saat mengendalikan hawa nafsunya. Atau dalam bahasa lain lain, pelaku tidak punya kesabaran dalam mengandalikan hawa nafsunya akan mudah terjerumus pada perilaku-perilaku maksiat.

"*Berpuasalah dengan kesabaran!*", demikian judul opini ini. Lantas apa kaitannya antara berpuasa dan kesabaran?. Inilah yang coba didiskusikan dalam opini ramadhan ini.

Puasa dan Kesabaran

Hemat penulis, puasa merupakan ajang untuk melatih kesabaran selain banyak hikmah lain yang bisa kita dapatkan. Perintah berpuasa sebulan penuh berdasarkan isyarat QS al-Baqarah 183 harusnya menjadi momentum kita (umat Islam) untuk "latihan kesabaran". Karena puasa dalam hal ini, bukan hanya sekedar menahan lapar dan haus saja dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Hal penting yang diajarkan dari pelaksanaan ibadah puasa, yaitu salah satunya "melatih kesabaran".

Dalam konteks ini, sabar tentu mempunyai kedudukan penting dalam ajaran agama Islam. Menurut al-Ghazali misalnya, "sabar itu adalah suatu tegaknya dorongan agama yang telah berhadapan dengan dorongan hawa nafsu". Jika pendapat al-Ghazali ini dikaitkan dengan ide dasar puasa, tidakkah, ide dasar dari berpuasa juga adalah pengendalian hawa nafsu?.

Melalui puasa kita diajarkan untuk mengendalikan rasa lapar dan dahaga kita, termasuk dilatih untuk mengendalikan hasrat seksual kita. Jadi sabar di sini adalah

suatu kekuatan, daya positif yang mendorong jiwa untuk menunaikan suatu kewajiban. Sabar, seperti contoh yang telah penulis paparkan di muka, adalah suatu kekuatan yang menghalangi seseorang untuk, melakukan kejahatan.

Inilah korelasi atau hubungan antara puasa yang kita lakukan dengan latihan kesabaran. Tanpa sabar, puasa yang kita kerjakan, mengutip Rasulullah Saw, "tidak lebih dari sekedar menahan lapar dan dahaga saja".

Mempertahankan Latihan Kesabaran Pasca Ramadhan

Selama 29 atau 30 hari kita berpuasa, sungguh, Allah SWT telah didik dan ajarkan kita untuk bersifat sabar dalam segala hal. Akan tetapi anehnya, kenapa ketika ramadhan berlalu (baca: paska Ramadhan), sifat penyabar yang telah kita jalani selama ramadhan seolah-olah ikut juga berlalu. Pada umumnya kita kembali ke watak asli kita. Sungguh, jadi sia-sialah latihan kesabaran kita sebulan penuh itu.

Maka sifat sabar yang sudah kita dapat dari ramadhan itu hendaknya bisa dilanjutkan di sebelas bulan kedepannya agar kita bisa merasakan ramadhan sepanjang tahun seperti yang dikatakan Rasulullah Saw, dalam haditsnya *"Jika ummat ku tahu keutamaan puasa ramadhan maka ia ingin akan ada ramadhan sepanjang tahun".*

Dalam al-Quran, Allah SWT berfirman, "(yaitu) surga 'Adn yang mereka masuk ke dalamnya bersama-sama dengan orang-orang yang saleh dari bapak-bapaknya, istri-istrinya, dan anak cucunya, sedang malaikat-malaikat masuk ke tempat-tempat mereka dari semua pintu: (sambil mengucapkan): *salamun 'alaikum bima shabartum* (keselamatan atas kalian sebagai balasan atas kesabaran kalian). Maka alangkah baiknya tempat kesudahan itu" (QS 13: 23-24). Inilah balasan bagi orang-orang yang sabar.

Sebagai penutup, marilah kita maknai puasa

ramadhan ini sebaik-baiknya. Semoga sifat penyabar yang telah diajarkan dengan melaksanakan ibadah di bulan puasa ini bisa kita pertahankan sepanjang hayat kita dan semoga kita menjadi orang yang bertakwa.***

13

Ampunan

Oleh: **MULYADI**

TULISAN ini dimulai dengan sebuah kisah yang pernah saya dengar dari guru *ngaji* saya dikampung. Alkisah, seorang lelaki yang menginsyafi perbuatannya lantaran telah membunuh sembilan puluh sembilan orang semasa hidupnya. Penjagal ini menyesal dan ingin bertobat. Lalu mengembaralah ia mencari ahli agama yang mungkin dapat memberikan arahan, bagaimana ia mesti menebus perbuatan dosa yang selama ini ia lakukan. Tiba di sebuah desa, ia menjumpai seorang alim (pemuka agama) yang sangat terkenal di desa itu.

"Wahai orang alim, saya akan bertobat atas kesalahan yang telah saya lakukan", begitu ungkapnya ketika berhadapan dengan pemuka agama tadi.

“Dosa apa yang kamu lakukan?”, tanya pemuka agama.

Dengan suara parau dan penuh penyesalan ia menjawab, *“Saya telah mencabut sembilan puluh sembilan nyawa manusia”*.

“Tuhan tidak akan mengampunimu yang telah merenggut nyawa orang lain”, ucap pemuka agama tegas.

Semakin gundah gulana hati Penjagal yang ingin bertobat. Muncul kebenciannya terhadap pemuka agama tadi. Dengan pedang terhunus di tangan, dihunjamkan bertubi-tubi ke tubuh pemuka agama itu sehingga tewas di tempat. Mantan pembunuh itu pun kembali menjadi pembunuh. Jumlah korban yang dibunuhnya meningkat menjadi seratus orang. Selang beberapa saat, ia tertunduk menyesal atas perbuatannya.

Dilanjutkannya perjalanan, mencari ulama lain dengan tujuan yang sama: bertobat! Di tengah perjalanan ia bertemu dengan orang tua yang wajahnya memancarkan sinar keimanan. Si pembunuh menghentikan langkah orang tua itu. Lantas mencurhatkan segala keinsyafan dan penyesalannya yang mendalam karena telah membunuh sembilan puluh sembilan orang, plus satu orang pemuka agama. Menyikapi pengakuan tersebut, orang tua yang ’alim ini berkata, *“Berjalanlah terus menyusuri padang pasir ini, di ujung sana kamu akan mendapatkan ampunan Tuhanmu, Insya Allah”*.

Betapa gembiranya hati Si Penjagal yang ingin bertobat. Ia menemukan padang pasir yang dimaksudkan, lalu memulai perjalanan tobatnya. Di tengah-tengah perjalanan, ajalnya menjemput. Ia mati ketika keinginannya menuju tobat belum tercapai.

Di akhir kisah –masih menurut guru *ngaji* saya– Si Penjagal yang telah membunuh seratus orang itu, masuk surga. Disebabkan ia benar-benar telah insyaf dan

bersungguh hati untuk bertobat. Lantas Allah memberikan *maghfirah* (ampunan) kepadanya. Memang *sih* perjalanannya menuju pintu tobat belum tercapai karena keburu meninggal. Rahasianya begini.

Untuk menentukan apakah di surga atau di neraka, ia mesti ditempatkan? Maka diadakan pengukuran jalan yang telah dilaluinya. Nah, ketika malaikat Malik (Penjaga Neraka) dan malaikat Ridwan (Penjaga Surga) mengadakan pengukuran, ternyata jarak tempuh perjalanan yang telah dilewatinya menuju pintu tobat, cuma beda tipis. Setengah perjalanan lebih sejengkal. Sebab itulah, Allah perintahkankepada malaikat Ridwan untuk membawa pembunuh yang bertobat itu ke surga.

Saya belum masuk Sekolah Dasar (SD) ketika mendengar kisah ini. Dan, waktu itu belum dapat memetik hikmah apapun dari cerita di atas, selain kepuasan mendengarkan cerita dan dongeng. Meski penuturan cerita guru *ngaji* saya sudah dimodifikasi, namun pesan moral yang disampaikan tidak berubah sedikit pun. Mungkin untuk menarik perhatian murid mengajinya yang menjadi pendengar.

Versi asli kisah ini merupakan hadits yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari dan Imam Muslim yang bersanad pada Abu Said Al Khudzri. Dalam kitab *Riadhus Shalihin*, dapat ditemukan pada pasal Tobat, hadits ke delapan. Syaikh Zainuddin Al Malibary juga mencantum hadits ini ketika membahas tentang At Taubah atau Taubat pada bab 44, seperti yang tertuang dalam bukunya *Irsyadul 'Ibad: Panduan Ke Jalan Kebenaran*.

Ghafururrahim (Maha Pengampun, Maha Penyayang) adalah sifat Allah yang senantiasa membukakan pintu taubat untuk hambaNya yang hendak masuk dan kembali. *"Masuklah ke dalamnya, tentu engkau akan diterima,"* begitu

anjuran KH. Muhammad Isa Anshary dalam bukunya *Mujahid Dakwah*. Bahkan dalam buku *Shaidul Khatir*, Imam Ibnu Al-Jauzy mengatakan, *"Wajib bagi orang yang cerdas untuk selalu berdiri di muka pintu Tuhannya"*. Sehingga setiap waktu dan dalam kondisi yang bagaimanapun, kita dapat mengetuk pintu Tuhan.

Di bulan yang mulia ini, kaum muslim berpuasa. Di antara orang berpuasa, ada yang mengerti betul bahwa inilah bulan berlimpah peluang mendekatkan diri kepada-Nya, saat yang tepat untuk merebut karunia Allah yang berupa *Maghfirah* (ampunan). *Sabiqu ila maghfiratim minrabbikum* (berlomba-lombalah kepada ampunan Tuhanmu (QS. Al Hadid: 21).

Kesempatan masih terbuka sangat lebar di bulan penuh ampunan ini. Masih ada waktu untuk bergegas memenuhi seruan-Nya. *Wa sari'u ila maghfiratim minrabbikum* (dan bersegeralah kamu kepada ampunan Tuhanmu (QS. Ali Imran : 133).***

Sumber Tulisan

Bagian Satu
MEMANFAATKAN MOMENTUM RAMADHAN

1. Ramadhan Moment Perbaikan Diri (Borneo Tribune, 30 Juni 2014)
2. Menghadirkan Prestasi Tertinggi di Ramadhan (Borneo Tribune, 1 Juli 2014)
3. Ramadhan Fasilitas Khusus Menjadi Mukmin *Muttaqin* (Borneo Tribune, 5 Juli 2014)
4. Nilai Ibadah Ramadhan di Mata Umat (Borneo Tribune, 22 Juli 2014)
5. Memetik Hikmah di Bulan Ramadhan (Pontianak Post, 22 Juli 2014)
6. Mengabadikan Pesan-Pesan Ramadhan(Borneo Tribune, 25 Juli 2014)

Bagian Dua
HAKIKAT PUASA RAMADHAN DAN HIKMAHNYA BAGI UMAT ISLAM

1. Mengupas Terma *Shaum* (Puasa) Dalam Tradisi Sebelum dan Sesudah Islam (Pontianak Post, 8 Juli

2014)
2. Puasa dalam Berbagai Ajaran Agama (Pontianak Post, 23 Juli 2014)
3. Puasa: Proses *Apotheosis* (Pontianak Post, 17 Juli 2014)
4. Keutamaan Bulan dan Puasa Ramadan (Pontianak Post, 18 Juli 2014)
5. Hukum Melaksanakan Puasa Ramadhan dan Hikmahnya Bagi Umat Islam (Borneo Tribune, 11 Juli 2014)
6. Hikmah Penetapan Puasa di Bulan Ramadhan (Borneo Tribune, 12 Juli 2014)
7. Puasa dan Pengembangan Prilaku Positif (Borneo Tribune, 7 Juli 2014)
8. Evaluasi Diri dalam Berpuasa dan Upaya Menuju Pertaubatan (Rakyat Kalbar, 10 Juli 2014)

Bagian Tiga
FUNGSI-FUNGSI RAMADHAN

1. Puasa Melatih Sabar (Rakyat Kalbar, 30 Juni 2014)
2. Puasa Ramadhan Meningkatkan Komunikasi Keluarga (Rakyat Kalbar, 8 Juli 2014)
3. Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Ibadah Puasa (Rakyat Kalbar, 12 Juli 2014)
4. Puasa dan Kesehatan Jasmani (Rakyat Kalbar, 7 Juli 2014)
5. Puasa Melatih Kesabaran (Rakyat Kalbar, 3 Juli 2014)
6. Puasa, Pilar Menuju Hidup Berprestasi di Era Globalisasi (Rakyat Kalbar, 2 Juli 2014)
7. Puasa dan Dakwah (Rakyat Kalbar, 9 Juli 2014)
8. Puasa Meningkatkan Etos Kerja (Borneo Tribune, 2 Juli 2014)
9. Puasa dan Pengendalian Diri dari Akhlak Tercela (Pontianak Post, 21 Juli 2014)
10. Puasa Ramadhan Meningkatkan Amal Kebajikan

(Borneo Tribune, 4 Juli 2014)

Bagian Empat
PUASA, HUMANISASI, DAN KEPEDULIAN SOSIAL

1. Puasa dan Penyakit Hati (Pontianak Post, 3 Juli 2014)
2. Puasa dan Pemanusiaan (Pontianak Post, 14 Juli 2014)
3. Puasa Sarana Melatih Kearifan Sosial (Borneo Tribune, 29 Juni 2014)
4. Ramadhan Mewujudkan *Emotional Awareness* Ciptakan Emphati (Rakyat Kalbar, 1 Juli 2014)
5. Ramadhan Membentuk *Mu`min Ulul Albab* (Pontianak Post, 1 Juli 2014)
6. Puasa, Mempersiapkan Pribadi yang Dibutuhkan (Pontianak Post, 16 Juli 2014)
7. Peningkatan Karakter Mulia dalam Ibadah Ramadhan (Rakyat Kalbar, 6 Juli 2014)
8. Ramadhan Nutrisi Hati dan Jiwa (Pontianak Post, 24 Juli 2014)
9. Ramadhan Bulan Kepedulian Sosial (Borneo Tribune, 8 Juli 2014)
10. Puasa dan Pembentukan Masyarakat Islami (Borneo Tribune, 15 Juli 2014)
11. "Puasanya" Para Pemimpin (Borneo Tribune, 16 Juli 2014)

Bagian Lima
Agar Ibadah Ramadhan Tidak Sebatas Seremonial

1. Al-Qur'an Nyata di Dada Bukan di Teks (Pontianak Post, 15 Juli 2014)
2. Meraih Nikmatnya Ramadhan dengan Bersedekah (Rakyat Kalbar, 5 Juli 2014)
3. Sedekah Di Bulan Ramadhan (Borneo Tribune, 3 Juli

2014)

4. Belajar Dari Lapar (Borneo Tribune, 19 Juli 2014)
5. Ibadah Ibu di Bulan Ramadhan (Borneo Tribune, 10 Juli 2014)
6. *Lailatul Qadar* (Pontianak Post, 19 Juli 2014)
7. Puasa, "Perilaku Konsumsi dan Pemborosan" (Borneo Tribune, 24 Juli 2014)
8. Zakat Potensi Ekonomi Islam (Borneo Tribune, 13 Juli 2014)
9. Zakat dalam Perspektif Ekonomi Makro dan Ekonomi Mikro (Borneo Tribune, 20 Juli 2014)
10. Memaknai Takdir (Borneo Tribune, 21 Juli 2014)
11. Puasa Ulat-Ular (Borneo Tribune, 17 Juli 2014)
12. Berpuasalah dengan Kesabaran! (Borneo Tribune, 18 Juli 2014)
13. Ampunan (Borneo Tribune, 23 Juli 2014)